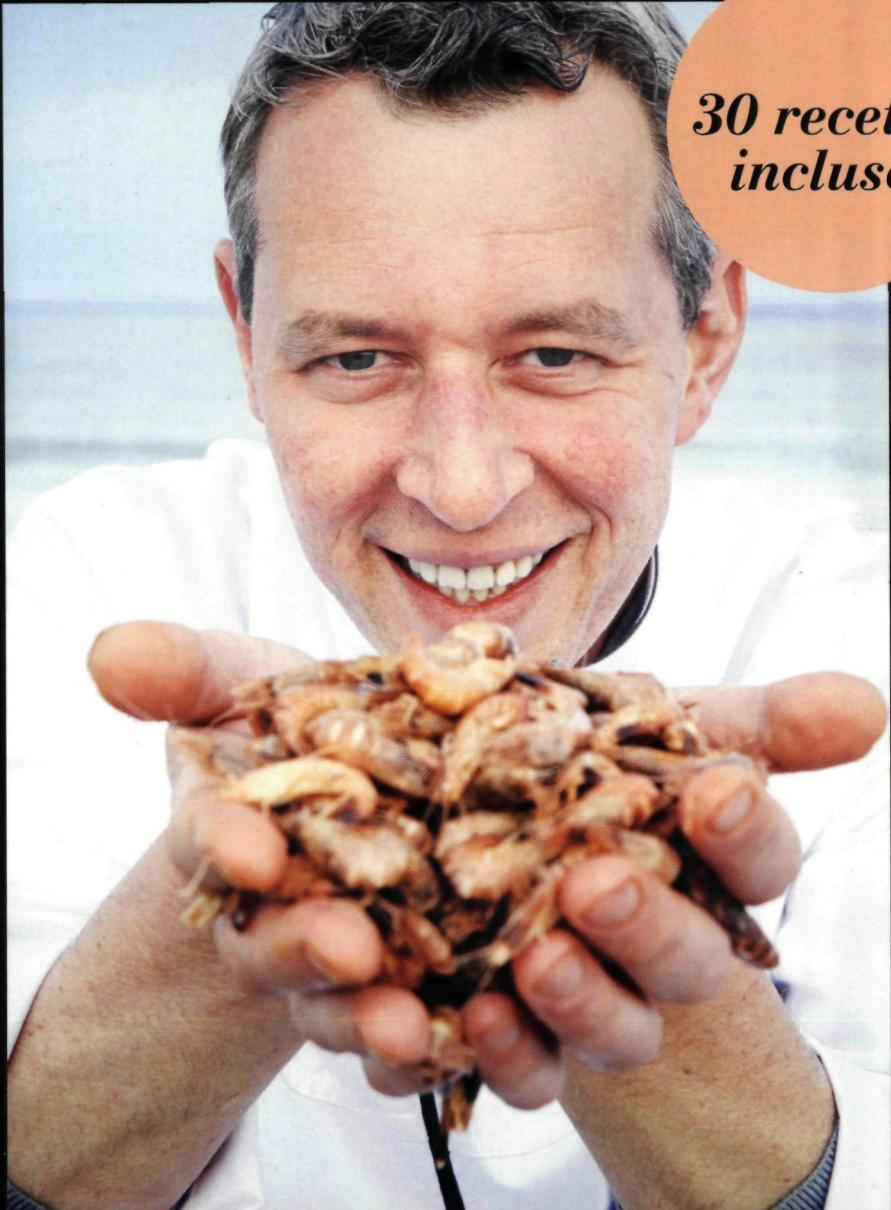


HORS-SÉRIE

weekend



30 recettes
incluses

CREVETTES & CIE

Saveurs du Littoral



LE VIF

HORS-SÉRIE

weekend



101 RECETTES

D'ÉTÉ

OB95959

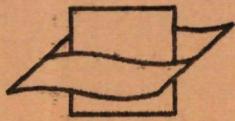


Maintenant en vente

CREVETTES & CIE

Saveurs du Littoral

258806



Vlaams Instituut voor de Zee
Flanders Marine Institute

CREVETTES & CIE

est une édition hors-série du Vif Weekend, été 2014.

Prix de vente : 7,95 €.

Rédaction : rue de la Fusée 50, bte 6, à 1130 Haren-Bruxelles, tél. : 02 702 47 00, fax : 02 702 47 69,
e-mail : weekend.levif@levif.be, site : www.levifweekend.be.

Rédactrice en chef : Delphine Kindermans.

Réalisation & coordination : Roularta Custom Media, Els Vanhuysse, Meiboomlaan 33,
à 8800 Roeselare, tél. : 051 26 61 11.

Collaborateurs : Sophie Allegaert, Nancy Fockedey, Jean-Pierre Gabriel, Sabine Lamiroy, Pieter van Doveren, Herwig Van Hove, Mieke Verhelle, Katrien Vervaele.

Photos : Johan Blommaert, Bart Colson, Misjel De Cleer, Michael Dehaspe, Image Globe, Michel Vaerwijck, Heikki Verdurne, Kris Vlegels, Westtoer.

Illustration : Hans Vanneste.

Lay-out : Anne-Sophie Demey.

Révision : Nele Boudrez, Stéphanie Labis.

Editeur : Crevettes & Cie, une édition hors-série du Vif Weekend, est édité par
Roularta Media Group SA, Geert Lambrecht, Meiboomlaan 33, à 8800 Roeselare,
tél. : 051 26 61 11, fax : 051 26 68 66, www.roularta.be.

Editeur responsable : Sophie Van Iseghem, p/a Roularta Media Group NV, Meiboomlaan 33, 8800 Roeselare,
sophie.van.iseghem@roularta.be.

Régie publicitaire : Roularta Media, tél. : 02 467 56 11, www.roulartamedia.be.

Imprimerie : Roularta Printing.

Aucun élément de cette édition ne peut être copié par impression, photocopie, microfilm ou tout autre procédé que ce soit, sans l'autorisation préalable écrite de l'éditeur.

Ode aux crevettes

C'est peut-être le meilleur produit qu'offre notre pays : les crevettes grises de la mer du Nord. Elles appartiennent à la famille des crustacés. Elles sont si délicates et si précieuses qu'on les surnomme à juste titre le « caviar de la mer du Nord ». Il n'existe aucun mets marin au goût si raffiné et dont la pêche, la cuisson et le décorticage nécessitent autant d'efforts. La crevette fait, en outre, partie des denrées les plus périssables. Il ne reste malheureusement plus qu'une poignée de bateaux belges qui prennent la mer pour aller pêcher ce trésor de la mer du Nord.

On dit souvent que les meilleures crevettes se pêchent de mai à novembre. Rien n'est moins vrai ! Elles sont délicieuses tout au long de l'année, mais l'hiver, quand la mer est froide, elles s'enterrent et la pêche s'arrête. Il faut alors attendre le mois de mai pour que les arrivages reprennent. Les mois où les crevettes belges se font rares, le consommateur doit se rabattre sur les variétés néerlandaises ou allemandes. Elles sont de moins bonne qualité, car elles sont saupoudrées de conservateurs. Les crevettes de la mer du Nord qui arrivent dans les ports de

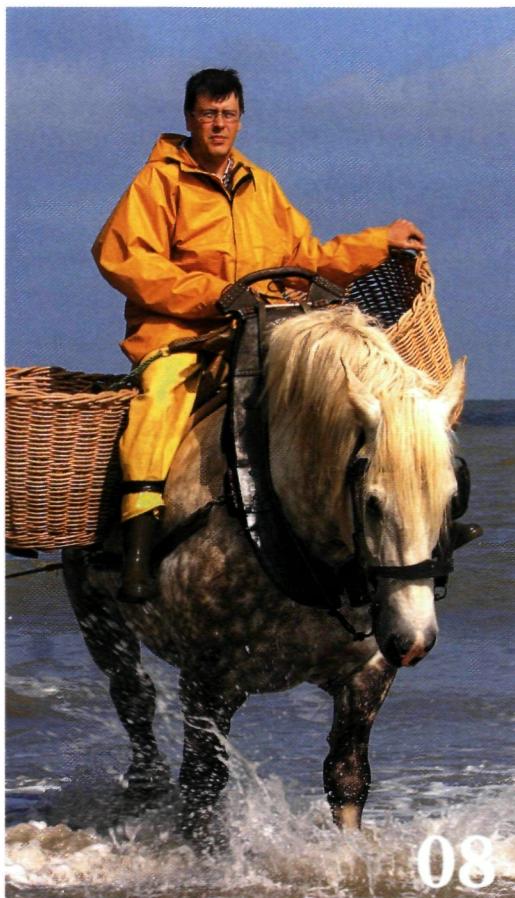
Nieuport, Ostende et Zeebruges sont cuites à bord et arrivent à quai aussi pures que la nature nous les a données. Elles se conservent dès lors à peine deux jours.

« Les crevettes sont le caviar de la mer du Nord. »

Pieter van Douveren
Rédacteur culinaire
Le Vif Weekend



par le photographe Kris Vlegels. Vous trouverez aussi, dans ce numéro, les meilleures adresses de la côte où déguster de délicieuses tomates crevettes (décortiquées à la main, bien sûr) et les meilleures poissonneries. Vous découvrirez des recettes de bouchées apéritives et de sandwichs aux crevettes. Vous en saurez plus sur le mariage de la bière et de la crevette. Sans oublier un portrait des pêcheurs des crevettes à cheval à Oostduinkerke. Bref, un concentré d'informations passionnantes pour les amateurs de nos crevettes de la mer du Nord.



08



14



50



27

Entre les mailles du filet

- 08** Des hommes, des chevaux et la mer
- 22** Crevettes de Nieuport, fraîches du jour
- 50** Une nuit en mer
- 78** Inspection à la criée

Secrets de cuisine de...

- 27** Grand Cabaret
- 55** Sel Gris
- 73** Tête Pressée
- 83** De Kruidenmolen

Les meilleures adresses du littoral

- 18** Les meilleures tomates crevettes
- 36** Les meilleures poissonneries du littoral
- 39** Chefs du littoral à l'honneur
- 67** La côte vue par des Flamands connus



18



89

Du grand art

- 14** Vive les crevettes à l'apéritif !
- 48** Chef, à vos fourneaux !
- 89** Des jeunes talents subliment la crevette
- 94** A l'ostendaise

Bon à savoir

- 13** Comment décortiquer les crevettes ?
- 33** L'accord idéal : la bière et les crevettes
- 61** Vin et produits de la mer
- 95** Agenda culinaire
- 97** Carnet pratique du littoral

ENTRE LES MAILLES DU FILET



Xavier Van Billemont, pêcheur de crevettes à cheval et tenancier de café.

Des hommes, des chevaux et la mer

Le café De Zoeten Inval à Oostduinkerke bruisse agréablement. Des hommes au confortable bedon s'appuient au bar, des couples sirotent une bière douce ou puissante et, dans un coin, un petit groupe d'amis joue aux cartes. Au mur sont suspendues des photos de pêcheurs à cheval, ainsi qu'une affiche ancienne du Musée de la Pêche. Valérie officie aux fûts. Il va falloir qu'elle tienne le café seule, car son mari est parti pêcher la crevette.

Nous sommes au beau milieu de l'été et Xavier Van Billemont, pêcheur à cheval, parcourt à vélo de verts pâturages. Il doit aller chercher son cheval de trait et le harnacher. Arrivé devant la prairie, il dépose sa bécane. Le superbe Brabander, l'air blasé, s'approche lentement de Xavier. Le cheval n'a visiblement pas très envie d'y aller, mais il suffira d'une ration de pain pour le convaincre et lui mettre le mors aux dents. Björn – c'est son nom – était jadis un étalon, aujourd'hui c'est un hongre. Il a, en effet,

été castré pour lui éviter tout problème au cas où une belle pouliche serait de la partie. On met ensuite le cap sur l'écurie, le cheval au petit trot, son maître à vélo à côté de lui. Une fois sur place, le cheval est harnaché. Son dos est recouvert de plusieurs vieilles couvertures sur lesquelles on fixe la selle. On lui attache également courroies et sous-ventrières pour tirer le filet, accrocher les paniers... et transporter l'ami Xavier. A l'angle de la rue, d'autres chevaux se joignent à nous, dont ceux de Bernard et de Dominique. Nous cheminons en rangs serrés vers la plage d'Oostduinkerke. Le

cheval réagit à chaque *ju*, ce qui veut dire « en avant ! », et à chaque *ow*, qui signifie « stop ». Tirer longuement et lentement sur les rênes et articuler un *djo* veut dire que l'on commande au cheval de tourner à gauche. De courtes secousses accompagnées d'un *jut jut jut* ? A droite toute ! Inutile d'élever la voix.

« Nous n'attraperons pas grand-chose, l'eau est beaucoup trop chaude », prévoit Xavier. Mais là n'est pas l'objectif. En ce jour d'été, les pêcheurs à cheval sont une attraction touristique. « C'est régulièrement le cas en

« Il ne faut pas le faire pour l'argent ! Il faut avoir l'amour des chevaux et de la mer. »

haute saison. Nous sommes subisés pour cela, nous ne le faisons pas pour gagner de l'argent. On prend surtout des crevettes au printemps et en automne. Nous adorons pêcher quand il fait un peu plus froid et plus sombre, et qu'il y a plein de crevettes. » Se régalent-ils de leur prise ? « Même pas ! Enfin, rarement... Si nous mangeons des crevettes deux fois par an, c'est beaucoup. Simplement sur du pain, on les pèle et on les mange nature. Ou si elles sont pelées à l'avance, on les déguste avec des frites, une salade et un peu de mayonnaise. Non, pas de tomates ! Les tomates crevettes, très peu pour moi ! » Les clients de Xavier sont des habitués du café. « Nous n'avons aucun mal à vendre nos crevettes. Et aucun problème avec les prix. Le tarif est fixe, huit euros le kilo. Tous les jours, été comme hiver. Le prix de vente en magasin peut être de douze ou de trois euros, peu importe. Nous nous y tenons. »

Six autres chevaux apparaissent sur la digue et franchissent ensemble la dune. Les badauds affluent de tous côtés, quel spectacle ! Ces solides Brabanders qui descendent en groupe sur le sable, puis se tiennent sagement au bord de l'eau, jusqu'à ce qu'ils soient prêts. Lorsque le filet est installé et les paniers fixés sur les flancs des chevaux, ceux-ci pénètrent dans les vagues, chacun tirant son filet à planches. Ils avancent trois par trois, majestueux et impassibles : une image d'Epinal. Les appareils photos cliquètent à tout va et plus d'un spectateur se retrouve avec les rebords du pantalon mouillés. Les pêcheurs à cheval ne mènent pas leur animal en eau trop profonde, la mer atteint

le ventre, sans plus. Un cheval s'aventure un peu plus loin et défie la crête des vagues. L'écumé lui arrive jusqu'à mi-chemin des flancs. Les autres Brabanders restent plus près de la plage et tirent lentement leur filet dans un sens pendant un quart d'heure, puis dans l'autre pendant le même temps. Quand les crevettes abondent, au printemps et en été, cela dure plus longtemps.

Lorsque les chevaux ressortent de l'eau, on vide les filets et on observe la prise. Ce qui donne lieu à une petite bousculade. Chacun veut voir... Mais, bien vite, il apparaît que les crabes, les petits poissons et les étoiles de mer sont plus nombreux que les crevettes grises. On aperçoit aussi quelques vives (Trachinidae) dans le lot. « Ne vous approchez pas », met en garde Xavier qui s'empresse de lancer un poisson sur le sable et de l'enfoncer d'un coup de botte. La vive est, en effet, un poisson venimeux. Ses épines dorsales contiennent un venin et la piqûre est extrêmement douloureuse. « Oui, ça fait diablement mal », confirme un des pêcheurs. « Une douleur à crever ! Mais rien de tel que la chaleur pour neutraliser le venin. Il faut approcher la flamme d'un briquet... Un jour, j'ai plongé mon doigt dans l'eau de cuisson bouillante des crevettes. Eh bien, c'était encore moins douloureux qu'une piqûre de vive ! » Sur ce, plusieurs enfants

reculent prudemment. Ils sont déjà moins enthousiastes à l'idée de trouver des crabes dans la masse grouillante.

Les hommes versent le contenu des filets dans un grand tamis carré et le secouent vigoureusement. Les plus petites crevettes tombent et sont aussitôt emportées par le reflux.

La pêche est modeste mais les hommes tenaient surtout à assurer le spectacle : de solides gaillards montés sur d'immenses chevaux qui s'enfoncent dans les vagues. On met ensemble les prises des neuf chevaux et le tout est versé dans une benne. Sans doute à destination d'un restaurant de Nieuport...

Les chevaux à la queue leu leu paradent sur la Route Royale, en chemin vers le pré ou l'écurie. « Au printemps et en automne, nous ne pêchons pas tous ensemble comme aujourd'hui », précise Xavier. « On y va seul ou à deux. Cela dit, nous restons pendant beaucoup plus longtemps, car il s'agit de ramener du volume ! Mais il ne faut pas le faire pour l'argent ! Il faut avoir l'amour des chevaux et de la mer. » Xavier a hérité cet amour de son père, Roland, et de son grand-père, Amandus Van Billemont, dit Mang. Pour savoir comment papy Amandus s'est lancé dans la pêche à cheval, nous rendons visite à Maria Vermeulen, la femme de Mang. Elle a 87 ans et aime évoquer son jeune temps.

« Lorsque nous étions à peine mariés, mon mari faisait la tournée du lait avec son cheval et sa carriole. Puis, à un moment donné, les camions ont pris la relève et il a perdu son emploi. Il a alors repris un commerce de charbon. Mais le gaz et le mazout ont petit



Les pêcheurs de crevettes
examinent leur prise.

ENTRE LES MAILLES DU FILET



Une nuée de mouettes affamées dans le sillage des pêcheurs à cheval.

à petit pris le dessus et il a dû trouver autre chose. C'est la mer qui nous a sauvés. Grâce à une connaissance, nous avons pu acheter le matériel et nous mettre à pêcher. C'était en 1949. Cela nous avait coûté mille francs. A l'époque, on pêchait encore avec un *schee*, un long bâton auquel on suspendait le filet. Les premières fois, Mang ne rapportait pas grand-chose, un ou deux kilos. Mais, très vite, il a pris 6 kilos et plus, ce qui en valait la peine ! Le jour où il s'est acheté un nouveau filet, comme celui que vous avez vu aujourd'hui, tendu avec des planches, il s'est mis à pêcher de plus grandes quantités. » « C'était une idée de Georges Ghys, un professeur de l'école de pêche à Nieuport. Il s'était inspiré d'une technique de pêche en mer », précise Roland, le fils. « On a placé deux planches de chaque côté du filet. Elles s'écartent l'une de l'autre sous la pression de l'eau et maintiennent ainsi le filet ouvert. »

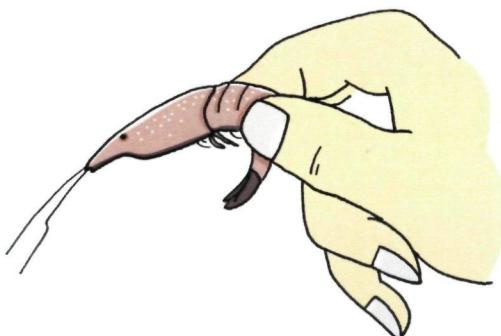
« Nous avions nos clients au café », reprend Maria. « De Zoeten Inval, c'est son nom.

Il a été repris par Roland, puis par Xavier aujourd'hui. On pesait les crevettes dans des sachets en tissu. Le plastique n'existe pas. C'étaient des sacs d'un kilo ou d'un demi-kilo. On se servait d'une chope de gueuse pour compter. Trois verres et quelque représentaient un demi-kilo de crevettes. Pour un kilo, il fallait entre six et sept chopes. On vérifiait le poids sur une vieille balance. Les gens venaient avec un récipient ou un saladier et on y mettait les crevettes. Ensuite, je faisais bouillir les sacs, puis je les mettais à sécher. Mang pêchait parfois de nuit et tôt le matin, vers 4 heures, quand les bateaux n'étaient pas encore passés », explique-t-elle. « Pendant ce temps, je faisais la lessive et quand Mang rentrait, j'avais déjà allumé le fourneau pour cuire les crevettes qu'il ramenait dès qu'on les avait triées et rincées. » Lorsque je lui demande comment elle s'y prenait et quelle quantité de sel elle mettait, un silence. Chacun a sa recette et personne ne veut dévoiler son secret. « On vendait les crevettes, mais je les

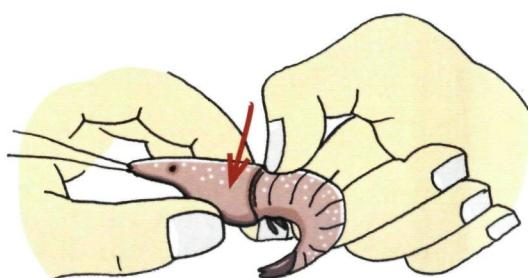
goûtais toujours », assure Maria. « Avant, c'était une nourriture pour les pauvres – une omelette aux crevettes et on avait mangé. Plus tard, c'est devenu un mets délicat. Le bourgmestre était client, et pour lui il fallait décortiquer les crevettes ! » Lui arrive-t-il encore de pelier des crevettes ? « Oh oui, ça m'arrive, mais jamais pour des sous ! Je le fais par amitié. On me donne en échange un poussin ou une salade frisée. Il y en a qui pèlent les crevettes pour les restaurants et les magasins, mais ça ne rapporte pas grand-chose. Ceux qui le font acceptent parce qu'ils aiment ça et que ça les occupe. » Tant dans le salon que dans la cuisine ou le hall, on remarque des sculptures de pêcheurs à cheval et des photos et dessins de Mang, de son fils Roland et du petit-fils Xavier avec leurs chevaux. Maria est fière d'eux, extrêmement fière. Et d'ouvrir l'encolure de sa blouse pour nous montrer le bijou qu'elle ne quitte jamais. Un ravissant pendentif en or représentant un pêcheur à cheval. ■

Comment décortiquer les crevettes ?

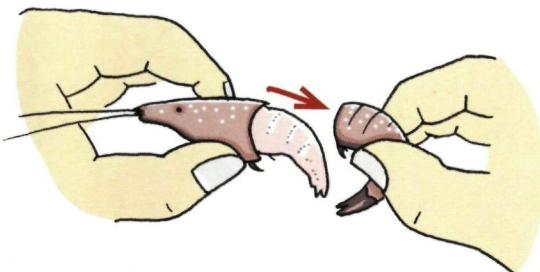
Comme nous ne consommons que la queue de la crevette, environ deux tiers du poids finissent en déchets après l'épluchage. Vous pouvez, cependant, en tirer un délicieux bouillon. Le décorticage lui-même se fait en quatre étapes :



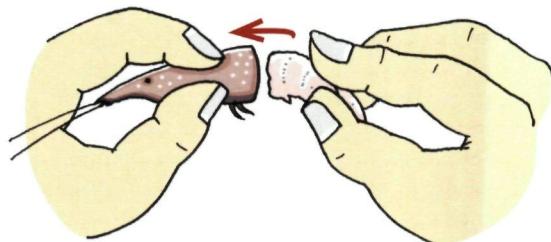
1 Saisissez la crevette de la main droite à la queue, la carapace vers vous.



2 Enfoncez l'ongle de votre pouce droit au milieu, entre les écailles, et courbez la carapace jusqu'à ce qu'elle craque légèrement.



3 Poussez la queue vers la tête et extirpez ensuite la partie de queue.



4 Saisissez la crevette de la main droite en son milieu et extirpez de la main gauche la partie de tête.

Vive les

crevettes à l'apéritif !

Les bouchées apéritives ont pour objectif d'accompagner un bon petit verre, d'aiguiser l'appétit et d'ouvrir la voie à un repas festif. Au restaurant, les chefs se servent des amuse-gueule pour débrider leur fantaisie, mais quand on travaille la crevette grise de la mer du Nord, on est contraint de calmer le jeu et de faire montre de sobriété.

Il s'agit là d'un mets si délicat que, par respect pour ce produit, le chef doit s'efforcer de le transformer le moins possible. Il serait sacrilège de permettre aux crevettes de se laisser dominer par des ingrédients puissants. Et il serait tout aussi dommageable de trop les chauffer, sous peine de les rendre caoutchouteuses et de les voir perdre de leur saveur. Pelez les crevettes de préférence vous-même. Ne jetez pas les déchets : les carapaces et les têtes peuvent servir à préparer un bouillon. Vous pouvez également les sécher ou les griller, puis les réduire en poudre ou en faire des krupuks.

Comme l'apéritif a pour vocation d'ouvrir la voie au repas, nous vous recommandons de servir avec vos bouchées aux crevettes un vin sec et perlant (p. ex. champagne, cava ou prosecco). Les bulles aériennes mettent en valeur des préparations légères et les crevettes ont ici toute leur place. Par respect pour leur saveur délicate et pour l'héritage gastronomique belge, on donnera la préférence à des préparations traditionnelles, typiques de notre culture. Ce ne sont pas les possibilités qui manquent, de la cuillère apéritive avec chou-fleur cuit et écrasé à la fourchette, crevettes et mayonnaise moutardée, à la feuille de chicon garnie de

crevettes mayo, en passant par l'omelette baveuse aux crevettes, les mini-bouchées à la reine de crevettes et champignons à la béchamel, ou encore le classique cocktail de crevettes servi en verrines. Pour donner un twist plus ensoleillé et plus méridional aux crevettes bien de chez nous, faites-les sauter, non pelées, dans un fond d'huile d'olive à l'ail et servez-les avec de la baguette. Vous pouvez aussi tartiner des bruschetta ou du pain grillé avec des crevettes grises accompagnées d'une fondue de tomates cerises et persil plat.



BOUCHÉES À L'AVOCAT ET AUX CREVETTES, TOMATES, FROMAGE ET CRUMBLE DE TOAST

Pour 4 : 400 g de crevettes non pelées, 1 avocat, 1 grosse tomate charnue, $\frac{1}{2}$ c. à s. de yaourt, 100 g de fromage à pâte mi-dure, $\frac{1}{2}$ c. à s. de ciboulette émincée, $\frac{1}{2}$ c. à s. d'huile d'olive, 1 toast, sel, poivre

Pelez les crevettes (surgelez les têtes et les carapaces). • Coupez l'avocat en deux et dénoyeautez-le. Prélevez la chair délicatement et coupez-la en petits dés. • Trempez la tomate dans de l'eau bouillante,

rafraîchissez-la aussitôt, pelez et épépinez-la. Détaillez la chair en petits dés. • Coupez le fromage de même. • Mélangez l'avocat, les dés de tomate, les crevettes et le fromage. Salez et poivrez. • Répartissez la

préparation dans des cuillères à apéritif, ajoutez le yaourt et la ciboulette et saupoudrez-les de toast émietté. Ajoutez un filet d'huile d'olive et servez.



COQUETIER AUX ŒUFS BROUILLÉS ET CREVETTES

Pour 4 : 150 g de crevettes pelées minute, 2 œufs, quelques noix de beurre, un trait d'huile, un trait de crème liquide, 4 c. à s. de crème aigre, 4 brins de ciboulette, 4 coquetiers, sel, poivre

Fouettez les œufs avec un trait d'huile et de crème liquide. Salez et poivrez. • Faites fondre le beurre dans une poêle. Versez-y l'omelette et remuez sans cesse, jusqu'à ce que les œufs coagulent. Continuez de remuer pour conserver une masse lisse et légère. Vous pouvez, au besoin, incorporer une noix de beurre supplémentaire. Ajoutez au dernier moment les 3/4 des crevettes. • Remplissez les coquetiers avec la préparation. Ajoutez un peu de crème aigre par-dessus et le restant des crevettes. Garnissez d'un brin de ciboulette.



SOUPE AUX CREVETTES

Pour 4 : 400 g de crevettes non pelées, 35 g de céleri vert, 50 g d'oignons, 50 g de carottes, 1 feuille de laurier, 1 branche de thym, 1 gousse d'ail écrasée, 1 dl de vin blanc, 1 c. à s. d'huile d'olive, 1 c. à s. de farine, 1 c. à s. de concentré de tomates, 0,7 l d'eau, un trait de cognac, persil haché, ½ c. à c. de grains de poivre concassés, sel, poivre de Cayenne

Pelez les crevettes. • Séchez la moitié des têtes et des carapaces au four, puis réduisez-les en poudre. • Chauffez l'huile d'olive dans un poêlon. Faites-y revenir l'autre moitié des têtes et des carapaces de crevettes, le temps qu'elles colorent. Emincez les oignons, les carottes et le céleri, ajoutez-les dans le poêlon et laissez colorer légèrement. Assaisonnez ensuite avec le thym, le laurier, le sel, l'ail, le poivre de Cayenne et les grains de poivre concassés. Poursuivez la cuisson pendant 5 min. Ajoutez le concentré de tomates, remuez bien. Saupoudrez le tout de farine, remuez bien et augmentez la chaleur. Flambez la préparation au cognac, puis mouillez-la avec le vin blanc. Portez à ébullition sans cesser de remuer et allongez avec l'eau. Portez à ébullition, puis laissez mijoter pendant une demi-heure, en écumant régulièrement. • Passez la soupe au chinois. • Servez-la brûlante et garnie de crevettes pelées, d'un peu de poudre de crevettes et de persil haché.

POMMES GRENAILLES FARCIÉS

Pour 4 : 400 g de crevettes non pelées, 4 pommes de terre grenailles, 1 œuf, $\frac{1}{2}$ c. à s. d'échalotes émincées, $\frac{1}{2}$ c. à s. de fines herbes ciselées (persil, cerfeuil, estragon, ciboulette et aneth), 25 g de beurre, sel, poivre, noix de muscade

Sauce : 1 jaune d'œuf, un trait de jus de citron, 25 g de beurre fondu, $\frac{1}{4}$ dl de crème liquide, un brin d'aneth, sel, poivre

Pelez les crevettes (surgelez les têtes et les carapaces). • Rincez les pommes de terre, puis cuisez-les à point. Découpez un petit « chapeau » et évidez-les délicatement en vous aidant d'une cuillère à café. • Cuisez l'œuf pendant 3 minutes.

• Faites revenir les échalotes dans un

peu de beurre, puis ajoutez la pulpe de pomme de terre, l'œuf, les herbes, sel, poivre et noix de muscade. Ecrasez le tout à la fourchette. Incorporez-y les 3/4 des crevettes pelées et farcissez de ce mélange les grenailles évidées.

Sauce : Fouettez le jaune d'œuf avec le

trait de jus de citron à feu doux. Incorporez très progressivement le beurre fondu et liez avec la crème liquide. Salez et poivrez.

Dressage : Nappez les grenailles farcies de la sauce. Garnissez le dessus avec le restant des crevettes pelées et un brin d'aneth.



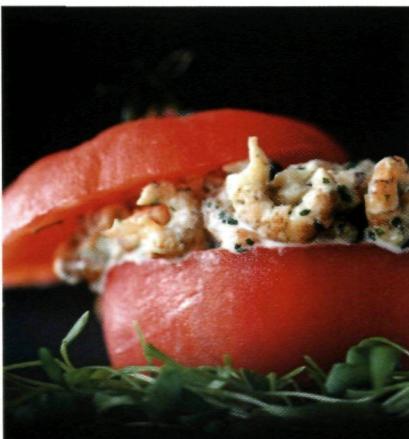
LES MEILLEURES ADRESSES DU LITTORAL

PAR PIETER VAN DOVEREN & PHOTOS BART COLSON

Les meilleures tomates crevettes

Une tomate gorgée de soleil, évidée et remplie de crevettes fraîches de la côte belge décortiquées à la main. Telle est la base d'un indémodable festin à la belge.

Pieter van Douveren a couru les cafés, bistrots, tavernes, brasseries et autres restaurants à la recherche des meilleures tomates crevettes. Il vous présente son verdict. A l'issue de ce test gustatif, chaque plat s'est vu attribuer une note allant d'une à cinq fourchettes.



LES MEILLEURES ADRESSES DU LITTORAL



BRASSERIE RUBENS



Les serveurs ne sont pas aimables. Ils font pourtant partie des mieux payés de la côte... Leur impatience vient certainement de l'affluence et des longues journées de travail, car la Brasserie Rubens est une véritable usine. Ce restaurant cosy et sa terrasse couverte et chauffée sont toujours bondés. La carte comprend des classiques belges, dont l'incontournable « tomate aux crevettes North Sea Deluxe décortiquées à la main » (23 €/pièce, 34 €/2 pièces). Sur l'assiette : une tomate impeccablement pelée et généreusement farcie de crevettes de qualité correcte. Le tout agrémenté, comme il se doit, de laitue pommée, d'un œuf cuit dur, de concombre et d'une bonne mayonnaise. Pour arroser le plat : une Stella bien fraîche, servie de main de maître dans un verre à pied (2,90 €/25 cl).

BRASSERIE BRISTOL



Christian Delacour fait partie de la troisième génération qui exploite un restaurant à cette adresse, sur la digue. Ses grands-parents y ont ouvert l'Hotel Bristol en 1927. Mais les petits-enfants trouvaient que la formule demandait trop de travail. L'Hotel Bristol a donc été démolie et remplacé par un bâtiment moderne. La Brasserie Bristol a ouvert ses portes le 1^{er} juillet 2008. Le succès fut d'emblée au rendez-vous. La formule brasserie, l'aménagement contemporain, la bonne ambiance et les plats savoureux ont le don de séduire les clients. La carte repose sur des classiques revisités, notamment la tomate crevettes (20 €). Elle se décline dans une version innovante tout en élégance : des rondelles de tomate sont disposées en rosace, agrémentées de la laitue pommée au centre et escortées par un œuf cuit dur et des crevettes de première qualité décortiquées à la main. Sans oublier l'excellente mayonnaise et les mini-croûtons. Les bords de l'assiette sont rehaussés de persil et de points de sauce cocktail. La bière coûte 3 €.

Brasserie Rubens,
Zeedijk-Albertstrand 589, 8300 Knokke,
050 60 35 01, www.brasserie-rubens.be

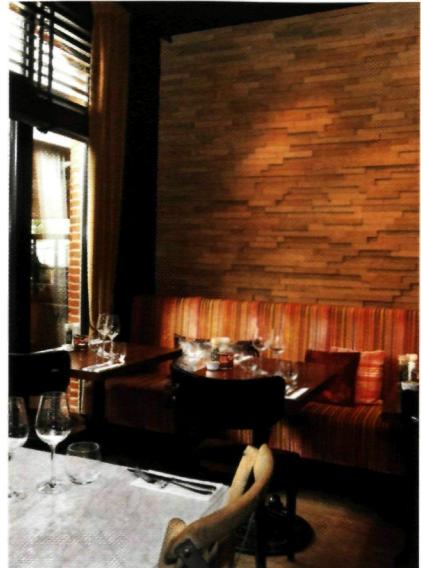
Brasserie Bristol, Zeedijk-Heist 291,
8301 Knokke-Heist, 050 51 21 12,
www.brasseriebristol.be

BRASSERIE NELSON



Cette brasserie à l'intérieur surprenant se dresse non loin de la criée de Zeebruges. Isabelle et Stef la dirigent avec professionnalisme. Au fil des ans, ils ont su se constituer une clientèle fidèle grâce à des plats savoureux et à des prix raisonnables. Leurs spécialités ? La raie, le cabillaud, la langoustine et, bien sûr, la tomate crevettes. Une tomate farcie de crevettes décortiquées à la main ne coûte que 16 €, pour une qualité irréprochable. Les crevettes fraîches viennent de la poissonnerie Westhinder voisine. Quand il n'y a pas d'arrivée de crevettes à la criée de Zeebruges, Isabelle et Stef les achètent à Breskens. Elles sont tout aussi bonnes. La tomate était parfaitement émondée, mais froide et un peu fade. La laitue pommée, l'œuf et la mayonnaise étaient quant à eux impeccables. La Stella fraîche ne coûte que 2 €.

Brasserie Nelson, Vismijnstraat 24,
8380 Zeebruges, 050 54 59 54,
www.brasserinelson.be



BISTRO MATHILDA



La carte du Bistro Mathilda récemment rénové propose des tomates crevettes tout au long de l'année, mais en réalité, l'établissement n'en sert que lorsqu'il y a un arrivage à la criée d'Ostende. Les clients fidèles le savent et s'en contentent. Il est déjà arrivé au propriétaire Luc Deklerck d'acheter des crevettes néerlandaises à la firme Lobster Fish. Elles sont alors décortiquées dans l'atelier protégé d'Arcotec, à Bruges. La tomate crevettes coûte 17 € en entrée, 27 € en plat principal. L'assiette présente une version déstructurée de la tomate crevettes classique : le chef utilise les ingrédients habituels, mais les dresse différemment. La tomate est découpée en rondelles et l'ensemble est présenté comme une salade, avec des crevettes grises de premier choix épluchées à la main, des jeunes pousses de salade, un œuf cuit dur et de la mayonnaise. Les crevettes viennent de chez le poissonnier Bogaert (bateau O.62 Dini). C'est sa fille, Dini, qui les vend au Vistrap.

*Bistro Mathilda, Leopold II-laan 1,
8400 Ostende, 059 51 06 70,
www.bistromathilda.be*

CAFÉ DE PARIS



Empreinte de charme et d'élégance, cette grande brasserie raffinée à la française est flanquée d'une agréable terrasse avec vue sur le port. Elle tire sa renommée de ses plats à base de poisson et de fruits de mer. Le plateau de fruits de mer provient de la célèbre poissonnerie Gaetane toute proche. Les fins gourmets savent donc qu'ils vont se régaler. Les serveurs en costume présentent les plateaux de fruits de mer, la soupe de poisson et sa rouille et la bouillabaisse de poissons de la mer du Nord. La Stella est servie dans un verre chic uni (2,80 €). La tomate crevettes coûte 19 € en entrée et 26 € en plat de résistance. La tomate était mûre et savoureuse, mais froide. Les crevettes, de première qualité, avaient été décortiquées à la main. La garniture traditionnelle (laitue pommée, mayonnaise, œuf) était rafraîchie de fleurs comestibles.

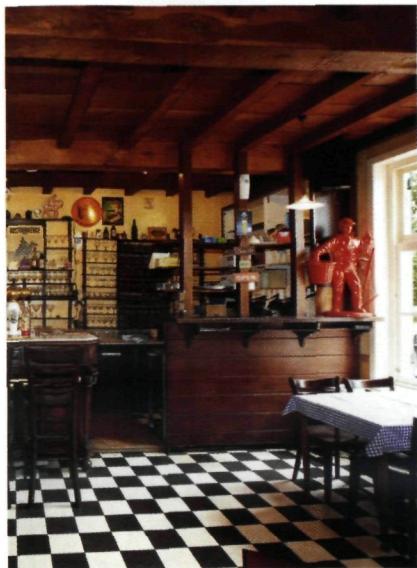
*Café de Paris, Kaai 16-17,
8620 Nieuport, 058 24 04 80,
www.cafedeparis.be*

BRASSERIE NIEUWPOORT



Cette brasserie tendance dispose d'une terrasse éclairée dont la musique retentit sur la Marktplaen de Nieuport. Ici, on répond aux besoins contemporains. A l'intérieur, un feu artificiel scintille au son d'une musique de salon. L'approche efficace et respectueuse du client inspire confiance. La carte prend la forme d'un magazine agrémenté de photos en pleine page et d'articles. Le verre de Carlsberg est vendu au prix de 2,40 €. Une tomate crevettes traditionnellement accompagnée de frites coûte 29 €. A ce prix-là, on s'attend à de la qualité. Les deux tomates que nous dégustons sont pelées et évidées. Elles ne sont pas trop froides et ne manquent pas de saveur. Les crevettes sont de qualité correcte et la garniture habituelle est complétée par des haricots princesses, un chicon émincé et des dés de raifort blanc. La mayonnaise est remplacée par de la vinaigrette et de la sauce cocktail (il nous a fallu un petit temps d'adaptation). L'ensemble est savoureux et raffiné.

*Brasserie Nieuwpoort, Marktplaen 19,
8620 Nieuport, 058 23 15 32,
www.brassierienieuwpoort.be*



ESTAMINET DE PEERDEVISSCHER

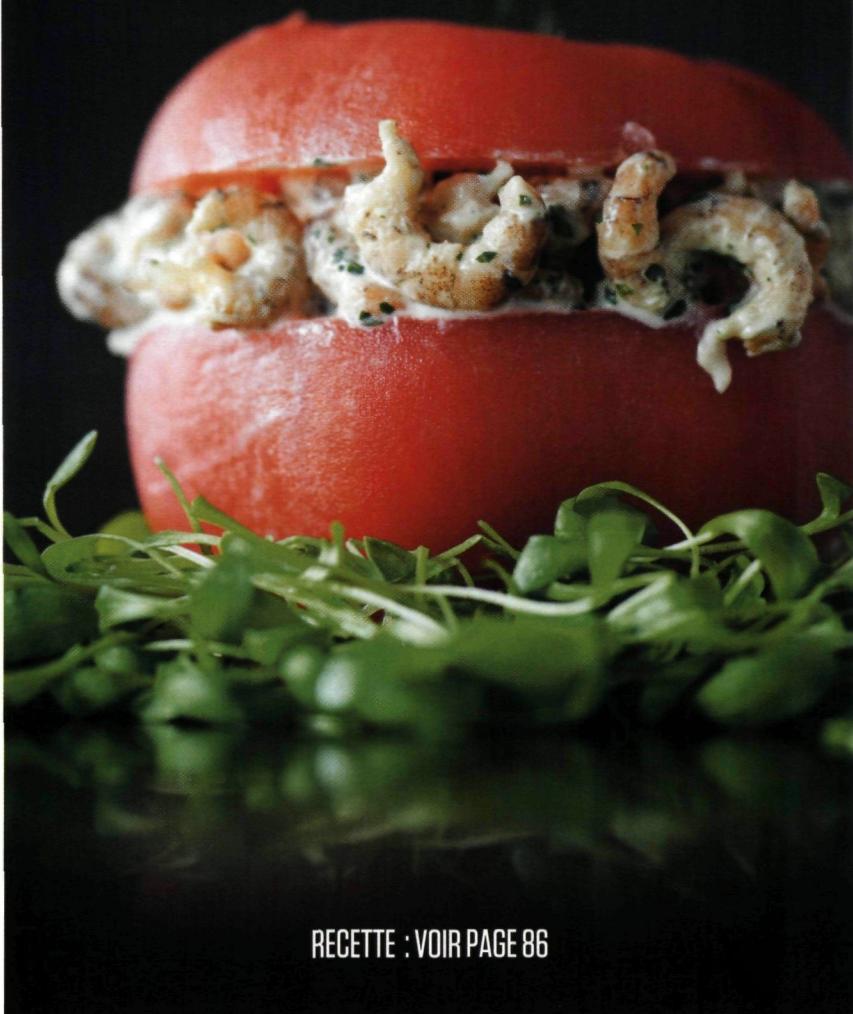
L'auberge De Peerdevisscher se dresse à côté du Musée national de la Pêche NAVIGO. L'estaminet a été construit dans l'esprit d'une auberge de pêcheurs des années 1920. Ce café-restaurant intimiste présente un plafond en bois et un poêle de Louvain. Difficile de trouver une table sans réserver à l'heure du lunch. De Peerdevisscher est tenu par le pêcheur à cheval Johan Casier. L'ancien tenancier était lui aussi pêcheur à cheval, en témoignent silencieusement les nombreuses photos de pêche à cheval. La spécialité de l'établissement ? Une bière brune à fermentation haute exclusivement brassée pour De Peerdevisscher par la brasserie Strubbe. Presque tous les clients jettent leur dévolu sur les solettes meunières. La tomate crevettes a la cote en entrée (14€). Les crevettes étaient magnifiques. La tomate était parfaitement pelée, mais presque glacée. Le reste de la garniture était correct. Une Maes Pils au fût habilement servie coûte 1,70 €.

*Estaminet De Peerdevisscher,
Pastoor Schmitzstraat 4,
8670 Oostduinkerke, 058 51 32 57*

MENTIONS HONORABLES

Il existe encore des restaurateurs conscients qui remplissent uniquement leurs tomates de crevettes belges fraîches décortiquées à la main. Mieux vaut téléphoner à l'avance.

- 't Werftje, Werfkaai 29, 8380 Zeebruges, 0497 55 30 10
- 't Getijde, Nic. Mengelaan 5, 8301 Heist-aan-Zee, 050 51 70 17
- 't Pakhuis, Rederskaai 7, 8380 Zeebruges, 050 67 49 91,
www.tpakhuis.eu
- Jolly Sailor, Hendrik Baelskaai 48, 8400 Ostende, 059 80 84 80



RECETTE : VOIR PAGE 86

Crevettes de Nieuport, fraîches du jour

Tôt le matin, avant que le jour ne pointe, ce n'est pas l'activité qui manque sur le quai de Nieuport. Il fait encore sombre, le fond de l'air est vif et l'on entend empiler des caisses métalliques, tandis que les pêcheurs émettent des commentaires. Sur le quai derrière la minque, on débarque le chargement de crevettes d'un chalutier. La prise du jour s'exposera bientôt, ultra fraîche, chez les meilleurs poissonniers.

Nieuport ne peut guère s'enorgueillir d'un flotte immense, mais quelques navires prennent toujours la mer en route pour pêcher la crevette : le N.93 Aalscholver et le N.58 Rudy. En été, les bateaux ramènent chaque jour 500 à 800 kilos, un chiffre qui peut monter en haute saison jusqu'à 2000 kilos. Et ce sous le regard passionné des habitués, une poignée d'hommes âgés. Chaque matin, ils commentent inlassablement la prise de la nuit, avant de siroter une bière au café Bristol ou au 't Schiptje. Mais ils n'achètent pas de crevettes sur place, à la descente du bateau. A Nieuport, la pêche passe par la minque et ne se vend qu'aux enchères. « Un règlement

de la ville interdit de vendre des crevettes entre le Kattesas et le Lange Brug », explique Marcel Madou, ex-directeur du marché aux poissons. « Ce sont deux balises bien reconnaissables, le bout de quai où les bateaux de pêche peuvent s'amarrer. Il est donc exclu de contourner l'obligation de vente aux enchères aux alentours de la minque. Ceci pour ne pas porter préjudice aux poissonniers. »

Les crevettes atterrissent sans délai dans la vitrine des poissonneries, étiquetées « crevettes de Nieuport – fraîches du jour ». Mais *quid* des petits crustacés pêchés plus loin, du côté du banc de Wenduine ou ailleurs ? Et pour des crevettes pêchées au large de Nieuport mais qui seraient débarquées

à Ostende, par exemple ? Nous posons la question à Marcel Madou. La réponse fuse : « Les crevettes de Nieuport doivent être pêchées au large de notre côté par un bateau de Nieuport, débarquées, approuvées et tamisées chez nous, puis vendues aux enchères à la minque de Nieuport. » Le terme « frais du jour » est, lui aussi, soumis à contrôle. Après chaque vente aux enchères – et il s'en tient une chaque jour de la semaine –, on suspend dans le bureau de la minque une feuille qui reprend les magasins et les entreprises inscrites à la vente de crevettes du matin même. On ne peut s'empêcher de demander si les crevettes invendues de la veille ne sont pas « refourguées ». « C'est fort peu probable, les crevettes de Nieuport sont ultra demandées. »

ENTRE LES MAILLES DU FILET



Bateau de pêche accosté
au quai de la criée.

ENTRE LES MAILLES DU FILET



Les filets sont
soigneusement inspectés.

La minque de Nieuport est propriété de la ville, mais tout le monde y est bienvenu. On voit à travers les parois vitrées tous les bacs contenant le poisson frais, l'œil bien net et les branchies rouges : sole et cabillaud, plie et merlan. A côté, on convoite les casiers débordant de crevettes cuites, orangées et bien appétissantes. Quelques fois par an, la minque sert de salle de fête. Lors de « Verrassend Maritiem Nieuwpoort » (Les surprises maritimes de Nieuport – du 24 au 26 octobre) se tient une foire aux huîtres et la grande halle immaculée se transforme en temple de la gastronomie. Pendant la Journée de la crevette (11 octobre), vous pourrez déguster le caviar de la mer du Nord sur les longues tables nappées. On se régalerà, de l'apéritif au menu tout crevettes. Un accordéon et des chants de pêcheurs assureront l'ambiance. A cela s'ajoute le Week-end annuel de la pêche (du 7 au 9 juin). L'esplanade devant la minque accueille en musique des tentes gourmandes (poissons et crevettes), la bière coule à flots, des visites guidées de la minque sont organisées et l'on peut participer à un concours d'épluchage de crevettes. Une heure à l'avance, les amateurs

flâneront dans le marché aux poissons, histoire de ne pas arriver en retard pour s'inscrire au concours. Le premier sur place est Eddy, venu spécialement d'Ostende. Ce septuagénaire a déjà gagné plusieurs fois le concours chez lui. A présent il veut tenter sa chance à Nieuport. « A Ostende, hommes et femmes sont installés à part », explique-t-il. Il ne trouve pas juste qu'ici les règles soient identiques pour les deux sexes, « parce que les femmes sont plus fortes que les hommes. » Il semble super motivé et évoque

ses souvenirs avec nostalgie : « Je n'avais que six ans et je devais déjà éplucher les crevettes. Ma mère faisait cela pour gagner des sous. Je devais l'aider presque chaque jour, en tous cas pendant les vacances, mais aussi après l'école. Et je n'avais pas intérêt à manger une crevette en douce ! Je ne recevais que la dernière. Du coup, je gardais la plus grosse pour la fin ! » Le hasard fait mal les choses pour Eddy aujourd'hui, car les femmes sont nombreuses. Toutes plus mordues les unes que les autres : Francine, Karien, Liliane, Erna, Nellie... « Nous autres habitants de Nieuport, nous sommes des pros », entendent se vanter ici et là. D'autres font profil bas, mais n'en semblent pas moins redoutables. Comme Cecile, fille du célèbre pêcheur à cheval Mon Van Billemont. « J'ai quitté l'école à 14 ans pour faire du porte à porte à vélo, avec un panier rempli de crevettes. Je vendais des sacs en tissu d'un kilo ou d'un demi-kilo. Je transvasais les crevettes dans les sacs avec un verre. Et quand je rentrais à la maison, j'aaidais à l'épluchage ! »

**Une heure avant le
début du concours
d'épluchage de
crevettes, les amateurs
flâneront dans le marché
aux poissons, histoire
de ne pas arriver en
retard pour s'inscrire
au concours.**



ENTRE LES MAILLES DU FILET



Qui épluchera le plus vite
cette poignée de crevettes ?

récipient en plastique avec couvercle et un sac de 750 g de crevettes. Les 50 premiers inscrits peuvent participer : ils cherchent une place autour des longues tables dans la minque et s'installent. Les rires et les bavardages s'élèvent, mais lorsque retentit la cloche, le silence se fait et chacun se concentre sur son tas de crevettes. Les doigts se mettent en mouvement à toute allure : presser, tourner, tirer ; presser, tourner, tirer... Les tas de crevettes diminuent à vue d'œil et les récipients se remplissent. Des points sont décernés non seulement pour la vitesse, mais aussi pour le poids obtenu. Il serait donc absurde de laisser de côté les crevettes difficiles à pelier, car on perd ainsi du poids. Se laisser aller à en manger réduit de même les chances de l'emporter. Les spectateurs sont nombreux. Quel spectacle de voir le ballet étourdissant des doigts en action ! On dirait des pianistes virtuoses. Ultra concentrés, les participants épluchent sans perdre une seconde. Certains ont le visage crispé, d'autres sont détendus,

comme s'il s'agissait d'un jeu d'enfant. Mais tout le monde n'est pas là pour gagner. On remarque ainsi la présence de Kris Vandecasteele, l'échevin de la pêche de Nieuport, qui sourit en s'activant sans le moindre stress. Il se moque du rythme et il reste d'ailleurs pas mal de chair sur les têtes et les queues de ses crevettes pelées. « Ma mère avait inventé une recette de son cru », nous explique-t-il. « Elle préparait du pain perdu tiède aux crevettes. » Ses voisines commentent l'information, puis reprennent : « Elles sont trop froides et trop molles », « elles ne se pèlent pas bien », « chez moi, ça marche dix fois mieux » et... « pour une fois que je me suis verni les ongles ! »

Des touristes se sont mêlés à la foule des participants, comme Eric et Paul, deux Anversois qui passent le week-end à la mer. « Nos femmes nous ont demandé de tenter notre chance », précisent-ils, tandis que celles-ci les observent à distance, l'air amusé. « Tout à l'heure, nous repartirons

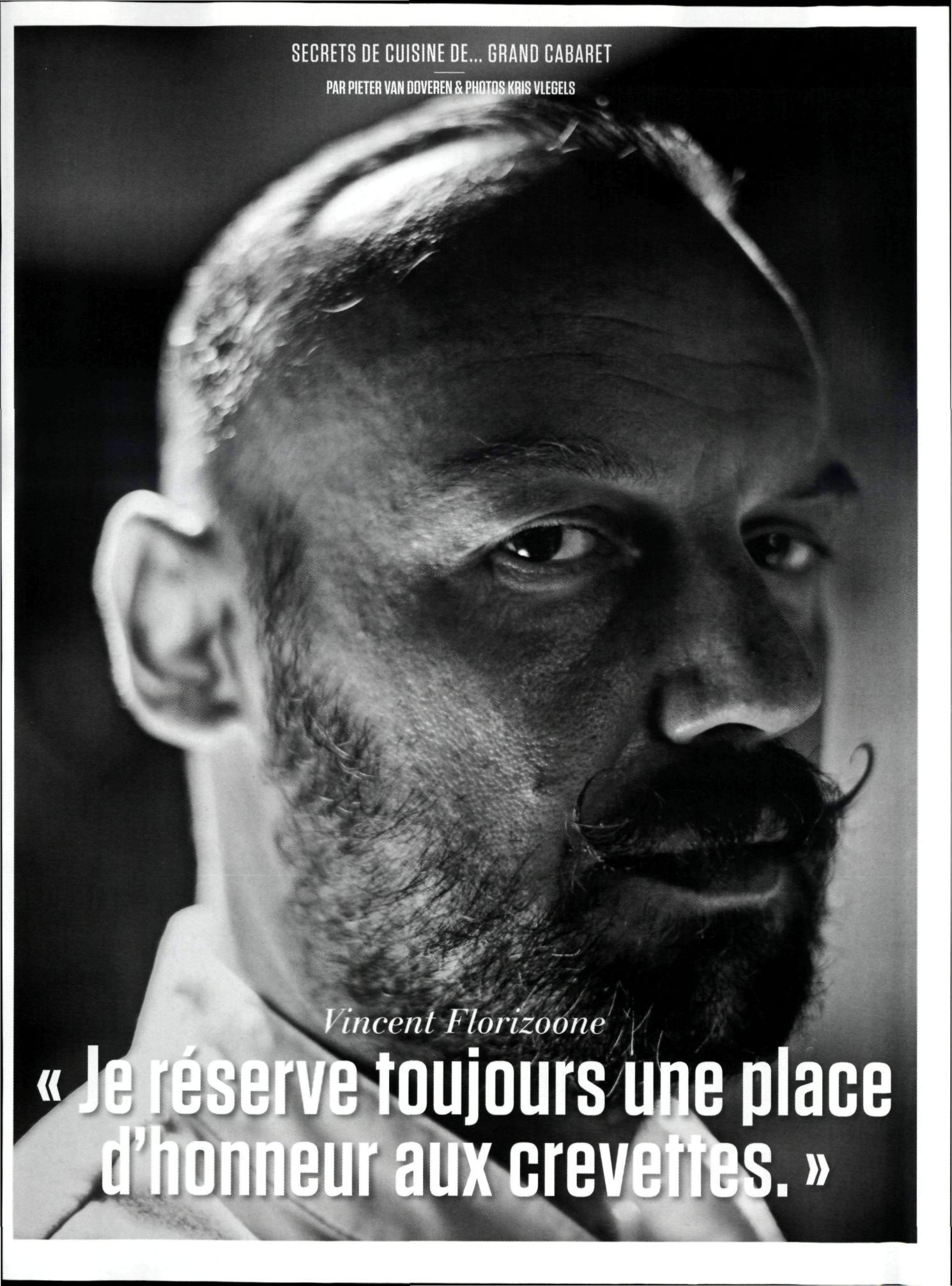
avec notre portion de crevettes pelées et nous mangerons des tomates crevettes ce soir ! » Mais le clou du spectacle, ce sont bien entendu les femmes les plus rapides qui pressent, tournent et tirent... Les crevettes semblent bondir de leurs doigts. Les championnes ne parlent pas, elles ne regardent pas autour d'elles, si ce n'est pour couler un œil en coin à leur voisine immédiate. Les tas de crevettes non pelées fondent comme beurre au soleil, tandis que les récipients se garnissent. La tension monte. Tout à coup, on entend retentir un « Ja ! ». Une femme se lève d'un bond, s'avance et tire sur la sonnette d'un air triomphant.

On entend des « Bravo ! ». Mais les regards furtifs sont nombreux et le rythme s'accélère sensiblement, car une 2^e ou une 3^e place ne sont pas à dédaigner. Lorsque le grand gagnant est désigné, il semble que ce soit au final la femme la plus rapide à l'épluchage. Elle n'est pas de la région ! Les participants de Nieuport, Coxyde, Oostduinkerke et Ostende le cèdent à Simone de Kieldrecht. « Petite fille, j'ai dû peler tant de crevettes... », explique-t-elle à qui veut l'entendre.

Après toutes ces festivités, il ne faudrait pas oublier, le lundi de la Pentecôte, les Fêtes de la pêche, toujours à la minque, avec la bénédiction de la flotte et la commémoration des pêcheurs disparus en mer. Des discours feront l'éloge des armateurs et de leurs navires. On désignera celui qui a pêché le plus de crevettes au cours de l'année écoulée. Le vainqueur est presque toujours le N.58 Rudy de Charles et Rudy Beuckels, surnommés « les rois de la crevette ». En 2010, année record, ils ont débarqué à terre pas moins de 175 tonnes ! Leurs crevettes figurent au menu de Davos, en Suisse, où les grands de ce monde se réunissent périodiquement pour le Forum Economique Mondial. Mais le N.58 Rudy ne sert pas que le gratin de la politique, il nourrit également les ours polaires allemands. « Deux ou trois fois par an, nous ramenons une cargaison de crevettes non cuites. Elles sont rincées, surgelées, puis sciées en blocs. Ce sont des friandises pour les ours blancs d'un zoo en Allemagne. » ■

SECRETS DE CUISINE DE... GRAND CABARET

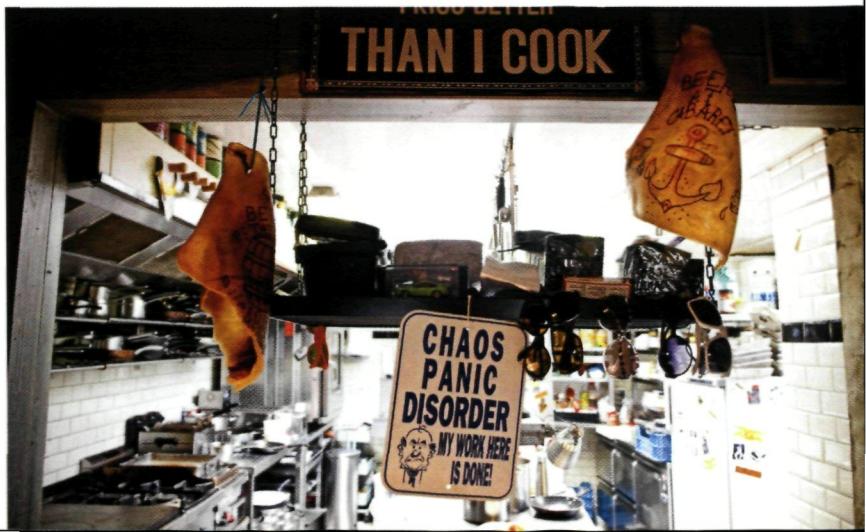
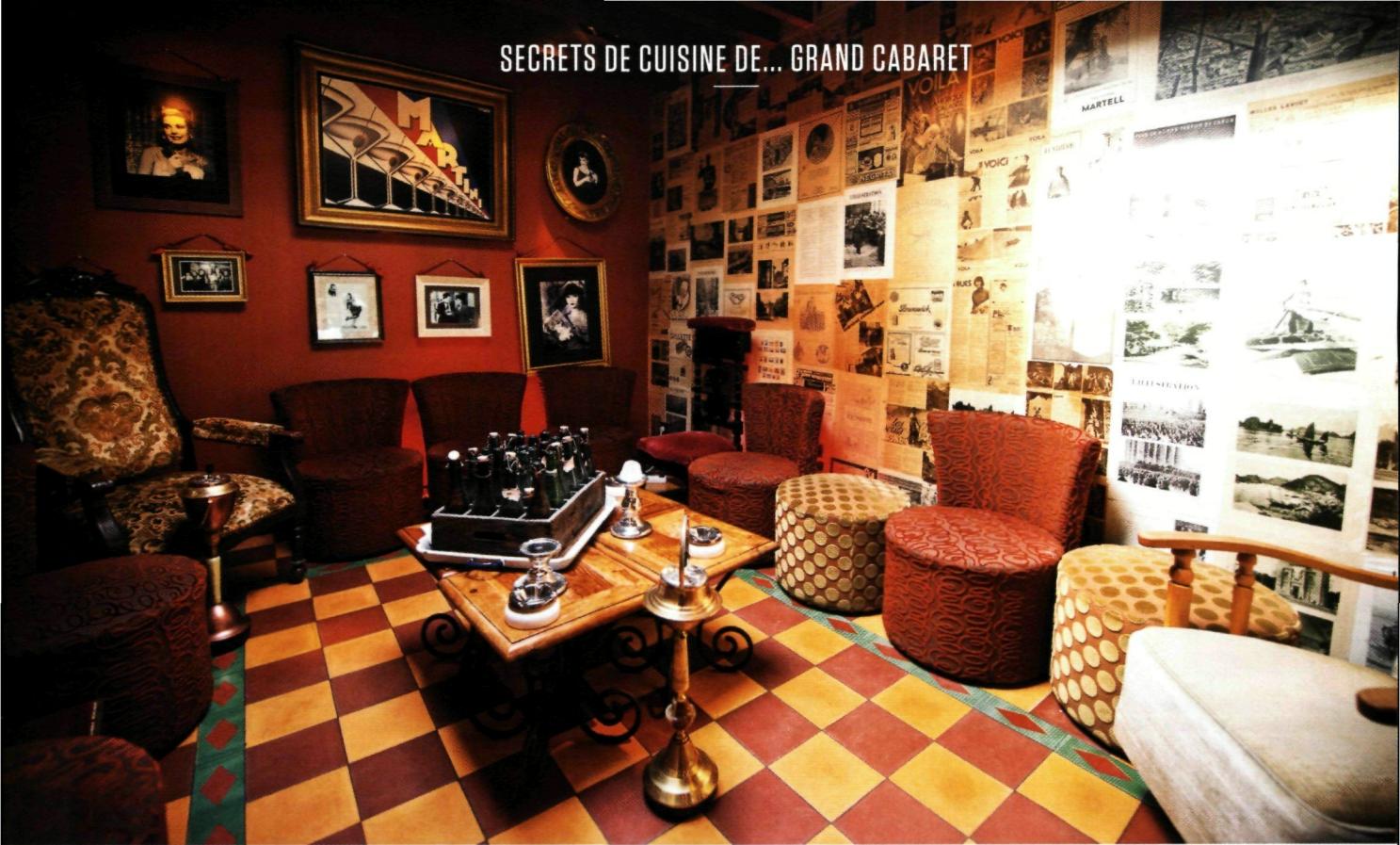
PAR PIETER VAN DOVEREN & PHOTOS KRIS VLEGELS



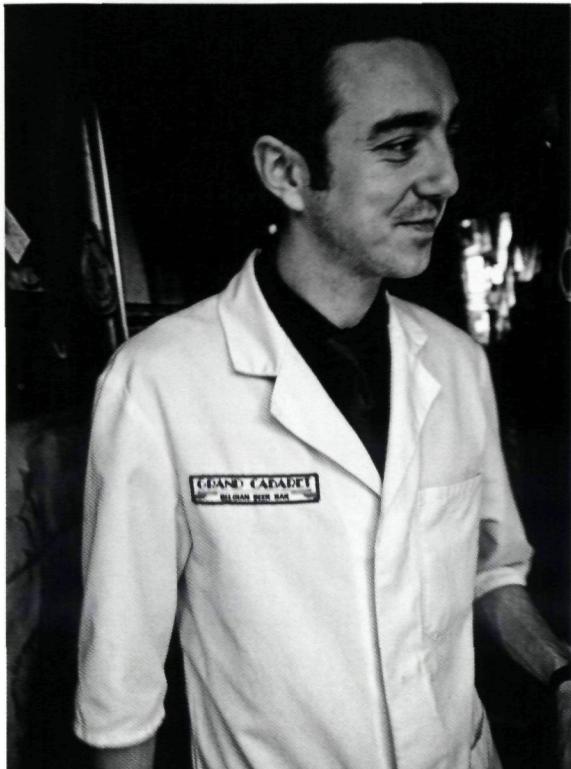
Vincent Florizoone

« Je réserve toujours une place d'honneur aux crevettes. »

SECRETS DE CUISINE DE... GRAND CABARET



SECRETS DE CUISINE DE... GRAND CABARET



Vincent Florizoone au travail dans son « laboratoire ».

Vincent Florizoone a fait ses armes dans des restaurants renommés tels que Don Alfonso (Italie). Il a également été le bras droit de Bruneau (Bruxelles). Quand ce chef non conformiste décide de se mettre à son compte, il ouvre le bistro Petit Cabaret, à Furnes. Ses ruses culinaires lui valent rapidement de se forger une excellente réputation. La place vient donc à manquer au bistro Petit Cabaret : le chef et ses casseroles déménagent dans un établissement plus grand, à Nieuport. Vincent Florizoone ouvre alors son Grand Cabaret face au plus grand port de plaisance d'Europe.

Vincent Florizoone : « Je suis né à Poperinge et je vis à Coxyde depuis l'âge de cinq ans. J'ai fait des études professionnelles à Bruges. Je connais la côte comme ma poche et les produits de la mer font depuis longtemps partie de ma vie. Je réserve toujours une place d'honneur aux crevettes. Je suis littéralement tombé dedans quand j'étais petit. Ma mère tenait un restaurant et nous vivions à côté

de deux pêcheurs qui possédaient chacun un bateau et une poissonnerie. L'un de ces deux bateaux trône aujourd'hui sur la place d'Oostduinkerke. Ma mère décortiquait des crevettes tous les jours au restaurant. La matinée n'était pas très agitée et les clients s'asseyaient à côté d'elle pour discuter pendant qu'elle éplichait ses crevettes. Mais si quelqu'un osait en prendre une, la guerre était déclarée. Un kilo de crevettes passait entre ses mains en une demi-heure. Au final, il n'en restait que 300 grammes. Elles étaient ensuite travaillées en croquettes, en salades ou en omelettes. Elles servaient aussi à remplir des tomates évidées. A partir de douze ans, j'ai régulièrement assisté ma mère aux fourneaux. Enfant, j'adorais ses tomates crevettes et ses omelettes aux crevettes, qu'elle préparait 'baveuse'. Ma mère a été élue 'Mieke Garnaal'. Emilie, ma fiancée, a elle aussi décroché ce titre en 2002. Je suis donc bien entouré !

Je signe une cuisine moderne, mais je respecte les classiques aux crevettes. Quand je mange dans un restaurant qui propose

des plats typiques à base de crevettes décortiquées à la main, mon choix est vite fait. Dans mon établissement, je sers des œufs brouillés aux crevettes, une bisque de crevettes à la crème aigre et son toast, des croquettes de crevettes de 160 grammes dont la farce est liquide, des asperges des dunes aux crevettes ainsi que des pommes de terre au lait battu et aux crevettes. J'achète mes crevettes chez Bruyntje de Paardenvisser, juste à côté du Zoeten Inval, le café des pêcheurs à cheval. Sa mère, âgée de 84 ans, épingle les crevettes pêchées sur la Groenendijk d'Oostduinkerke. Les crevettes de Oostduinkerke sont un peu plus foncées et ont un goût un peu plus prononcé, car le sol est riche en tourbe. »

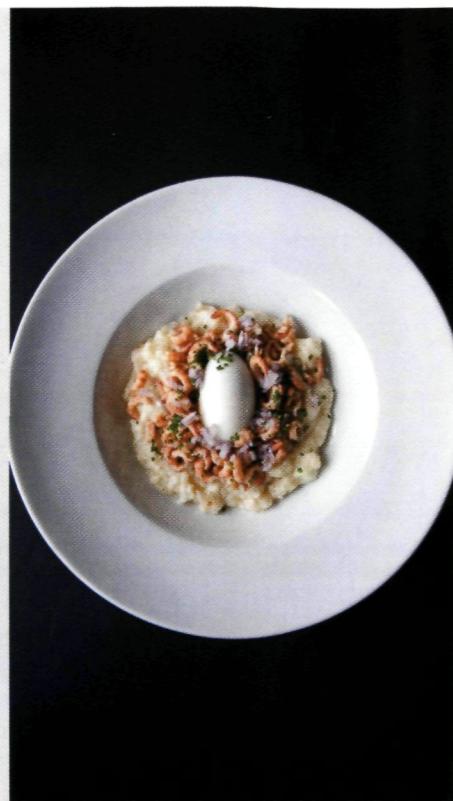
*Grand Cabaret, bar, lounge & trendy food :
Kaai 12, 8620 Nieuport, 0493 72 96 51,
www.grandcabaret.be.
Fermé le mercredi et le jeudi.
Ouvert tous les jours pendant les vacances.*

Classique Pommes de terre au lait battu et crevettes

Pour 4 : 400 g de crevettes décortiquées à la main, 4 œufs, 500 g de pommes de terre, 7 dl de lait battu non sucré, 75 g de beurre doux, 1 échalote ou 2 oignons de printemps, ciboulette ou persil, vinaigre, noix de muscade, poivre noir, sel marin

Faites cuire les pommes de terre dans de l'eau légèrement salée. Jetez l'eau de cuisson et laissez la vapeur s'évaporer. Pelez les pommes de terre et écrasez-les au presse-purée jusqu'à obtention d'une purée lisse et onctueuse.

- Faites chauffer le lait battu avec l'échalote ou les oignons de printemps, sans le porter à ébullition. Versez progressivement le lait battu sur la purée.
- Faites fondre et légèrement doré le beurre dans une casserole avant de le verser sur la purée. Mélangez le tout à l'aide d'une cuillère en bois ou au batteur. Salez, poivrez et ajoutez de la noix de muscade.
- Pochez les œufs 3 minutes dans de l'eau presque à ébullition, à laquelle vous aurez préalablement ajouté un filet de vinaigre. Faites ensuite égoutter les œufs sur un torchon.
- Répartissez la purée au lait battu dans des assiettes creuses et déposez un œuf poché par-dessus. Parsemez le tout de crevettes, garnissez de ciboulette ou de persil et servez.

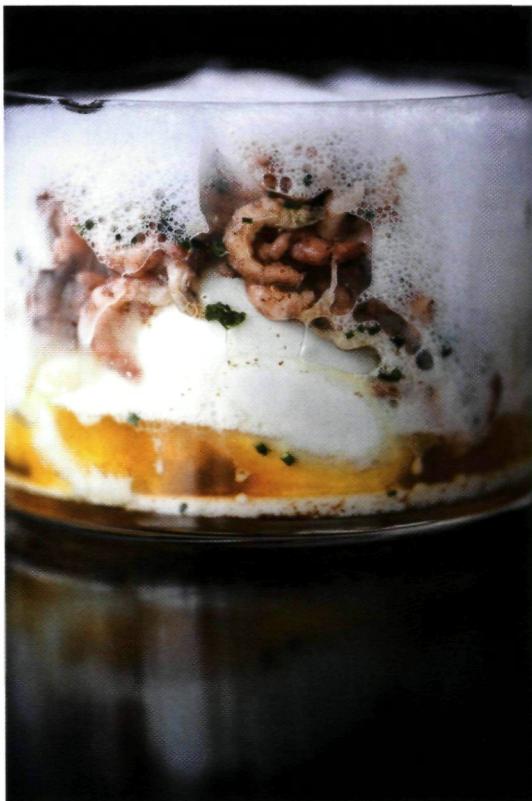


POMMES DE TERRE AU LAIT BATTU ET CREVETTES VERSION GRAND CABARET

Pour 4 : 240 g de crevettes décortiquées à la main, 400 g de pommes de terre, 100 g de beurre noisette (beurre des polders), 4 œufs, 500 g de lait battu non sucré, 3 g de sucre (émulsifiant dérivé du saccharose)

Faites cuire les pommes de terre au four, pelez-les et écrasez-les à la fourchette.

- Pochez délicatement les œufs ou faites-les cuire une heure à 62 °C.
- Faites mousser le lait battu avec le sucre.
- Disposez les pommes de terre écrasées chaudes dans un bol en verre transparent. Déposez l'œuf par-dessus et arrosez de beurre noisette.
- Parsemez le tout de crevettes et recouvrez de lait battu.



Classique Asperges aux crevettes

Pour 4 : 200 g de crevettes décortiquées à la main, 12 asperges, 6 œufs, $\frac{1}{4}$ de botte de ciboulette, $\frac{1}{4}$ de botte de persil, 1 nuage de crème, quelques noix de beurre, poivre, sel

Epluchez les asperges et faites-les cuire 9 minutes dans de l'eau salée. • Cassez les œufs, salez et poivrez-les, ajoutez un peu de crème et battez le tout. • Faites fondre une noix de beurre dans une poêle et faites cuire l'appareil aux œufs en remuant. Attention : les œufs ne doivent pas être trop cuits. Parsemez généreusement d'herbes vertes hachées finement et mélangez jusqu'à obtention d'une fine brouillade juteuse. • Placez un torchon propre sur une assiette et disposez les asperges par-dessus. Egouttez-les bien avant de les répartir sur les assiettes. Déposez une portion de brouillade sur les asperges et agrémentez le tout de quelques crevettes.

Poivrez.



ASPERGES AUX CREVETTES VERSION GRAND CABARET

Pour 4 : 240 g de crevettes décortiquées à la main, 1 kg d'asperges des dunes, 4 œufs, 2 oignons de printemps, $\frac{1}{2}$ dl de mirin (saké), 1 dl de mascarpone, 2 feuilles de gélatine, beurre noisette, échalote, jets pois d'asperges, persil, ciboulette, huile d'olive, noix de muscade, poivre, sel

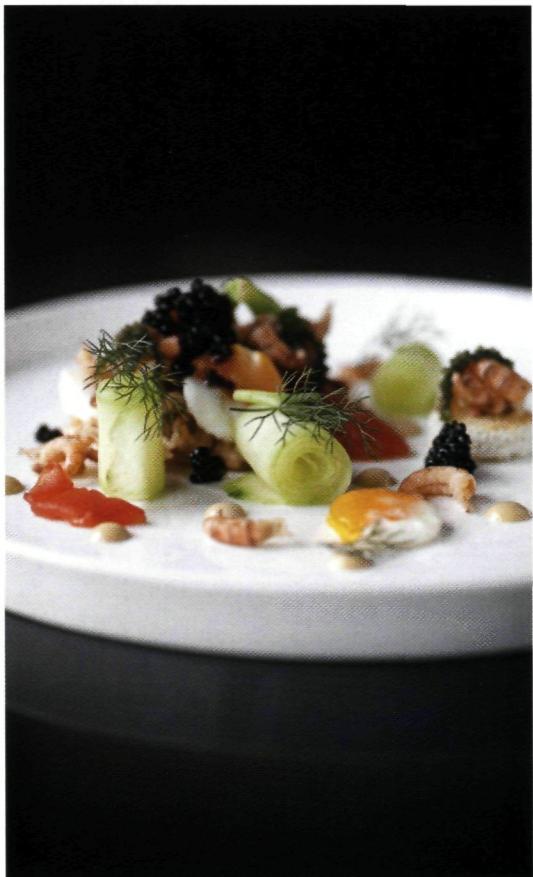
Faites revenir un tiers des asperges dans du beurre noisette salé, poivré et agrémenté des oignons de printemps émincés. • Faites cuire un tiers des asperges pendant 9 minutes dans de l'eau salée. Egouttez-les (réservez l'eau de cuisson pour l'espuma), salez, poivrez et ajoutez de la noix de muscade, de l'huile d'olive et du persil haché. • Découpez le dernier tiers d'asperges crues en carpaccio à l'aide d'un rabot. Salez et poivrez. Rehaussez de ciboulette hachée et arrosez de mirin et d'huile d'olive. • Faites chauffer l'eau de cuisson des asperges (passée au chinois) à 70 °C avec la gélatine et le mascarpone. Versez le mélange dans un siphon et mettez-le sous pression avec deux cartouches. • Faites cuire 4 œufs et écrasez-les à la fourchette. Assaisonnez à l'aide d'échalote, de poivre, de sel et de noix de muscade. • Répartissez le carpaccio sur les assiettes. Déposez un petit dôme de crevettes sur les assiettes et disposez les asperges sautées et cuites à l'anglaise à côté. Garnissez d'espuma et de jets pois d'asperges. Agrémentez éventuellement de fleurs comestibles.



Classique Sandwich aux crevettes

Pour 4 : 320 g de crevettes décortiquées à la main, 4 petits pains blancs, 2 œufs durs, 4 c. à s. de sauce cocktail, quelques feuilles de salade, poivre

Ouvrez les sandwichs et garnissez-les de feuilles de salade. • Coupez les œufs en rondelles et répartissez-les sur les sandwichs. • Disposez les crevettes et arrosez de sauce cocktail. • Poivrez selon votre goût.



SANDWICH AUX CREVETTES VERSION GRAND CABARET

Pour 4 : 320 g de crevettes décortiquées à la main, 4 tranches de pain, 4 tomates, 4 œufs, 1 concombre, mayonnaise-minute, soja doux salé, yuzu, mirin (saké), algues, zeste de citron vert râpé, mélange composé de 1/3 de moutarde, 1/3 de soja et 1/3 de ketchup, salade mélangée ou algues mélangées, huile d'olive, beurre

Caviar de soja : 80 g de soja non salé, 20 g de vinaigre de Xérès, 1 feuille de gélatine, 1 g d'agar-agar, huile

Faites revenir les tranches de pain dans du beurre (elles doivent rester croquantes). Découpez des rectangles à l'emporte-pièce, puis de petits cercles. Réservez le tout. • Préparez une mayonnaise et rehaussez-la de soja doux salé et d'un filet de yuzu. • Plongez les tomates dans de l'eau bouillante et émondez-les. Faites confire les tomates pelées au four (12 heures à 50 °C). • Réalisez un carpaccio de concombre. Faites-le mariner 12 heures dans un mélange à base d'algues, de yuzu, de mirin et d'huile d'olive. • Préparez un œuf sur le plat. Percez le jaune en fin de cuisson et découpez des cercles à l'aide d'un emporte-pièce en inox ou d'un verre à bords tranchants.

Caviar de soja : Mélangez le soja, le vinaigre et l'agar-agar. Faites cuire le tout, puis ajoutez la gélatine. Mélangez, laissez poser 3 minutes et réservez à température. • Formez de petites gouttes dans l'huile froide de manière à obtenir un caviar.

Dressage : Badigeonnez les assiettes du mélange moutarde-soja-ketchup à l'aide d'un pinceau. • Dressez-y les crevettes en rectangle. Déposez le pain par-dessus, puis la tomate confite, le concombre et les œufs. Agrémentez de salade mélangée ou d'algues. • Garnissez de mayonnaise et de caviar. Si vous le souhaitez, ajoutez une fleur de bourrache. • Terminez en râpant le zeste de citron vert sur le plat.

BON À SAVOIR

PAR JEAN-PIERRE GABRIEL & PHOTOS JEAN-PIERRE GABRIEL

L'accord idéal :
**la bière et
les crevettes**



La chose n'est pas neuve : la Belgique peut être fière de ses bières. Bien plus qu'un breuvage rafraîchissant destiné à étancher une soif, la bière doit être vue comme un véritable partenaire pour nos grands classiques. Le sommelier Stijn Van der Beken en fait la démonstration avec les crevettes grises.



« On peut distinguer trois grands types de préparations classiques à base de crevettes : les crevettes épluchées que l'on mange avec une tartine de beurre, la tomate crevettes que l'on pourrait classer dans le même registre que le cocktail de crevettes et, enfin, les croquettes de crevettes. Avec le même ingrédient roi, on se trouve cependant dans trois profils aromatiques différents. »

Entouré de bouteilles de bières artisanales, Stijn Van der Beken poursuit son analyse. « En soi, la crevette est complexe, à la fois minérale et iodée. Elle a beaucoup de longueur en bouche et la bière peut offrir des accords très intéressants. En fait, je devrais parler des bières, car plusieurs types de bières peuvent entrer en lice. »

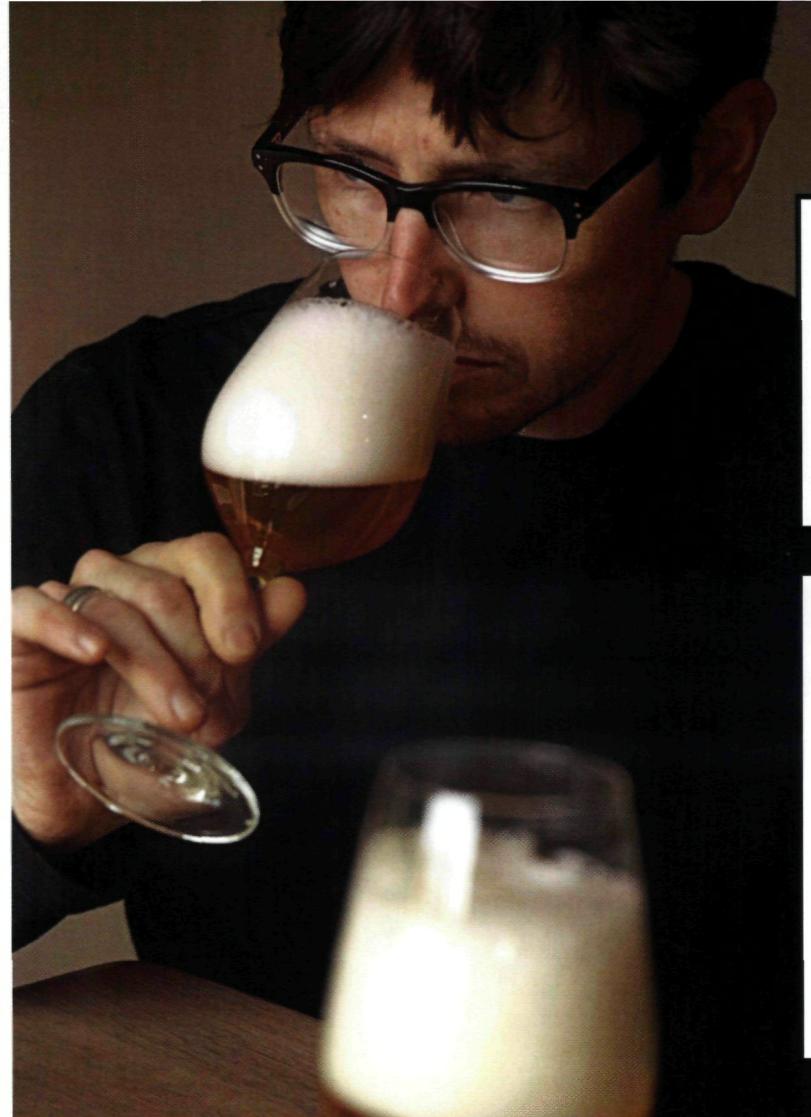
A la côte, les connaisseurs prennent une Rodenbach avec les crevettes. C'est une bière dite rouge brune caractérisée par son acidité, en partie due à son vieillissement dans de grands foudres de bois. Qui dit acidité pense immédiatement à un autre monument de notre patrimoine brassicole : la gueuze. « Dans mon esprit une gueuze est artisanale et doit avoir 2 à 3 ans de cave. Une gueuze trop jeune n'est pas assez ronde, elle développe des arômes de Brettanomyces bruxellensis, la levure responsable de la fermentation naturelle des moûts. Au restaurant, je sers actuellement des gueuzes du millésime 2009. »

Stijn Van der Beken (35 ans) sait de quoi il parle. Diplômé de l'école Ter Groene Poorte à Bruges, il a surtout été formé par sept années passées auprès de Peter Goossens au Hof van Cleve. Après une expérience dans

le commerce du vin, il est actuellement sommelier au restaurant 't Huis van Lede.

« Dans les accords que je propose, je donne toujours beaucoup d'importance aux contrastes. Il faut d'une manière ou d'une autre rafraîchir le palais. Des goûts trop semblables entre le plat et la boisson finissent par lasser. »

Pour accompagner les recettes de crevettes, Stijn a choisi deux grandes catégories de bières : celles de type saison et celles de type rouge brun. Les bières saison sont des bières peu alcoolisées et possèdent une belle amertume, due au houblon. Une des plus étonnantes dans sa catégorie est la saison de la brasserie De Glazen Toren à Erpe-Mere. Avec un taux d'alcool de 6,9% elle est remarquable de pureté ; son amertume, fruit d'un double houblonnage, est très fine. « En comparaison avec d'autres saisons qui



Le service de la bière selon Stijn Van der Beken

Une bière se sert idéalement autour de 10 °C. On peut aller jusque 12 °C, comme pour le vin. Le service se fait dans des verres à vin assez hauts et étroits, idéalement refroidis avec des glaçons.

BOUFFE

Le 13 juillet, jour de la finale de la Coupe du Monde de football, le village de Lede sera le théâtre d'une fête de la bonne nourriture, tout simplement appelée BOUFFE. Le midi, huit stands proposeront des accords avec la bière, notamment bière et... crevettes. Parmi les autres mets, on trouvera des maatjes, du cochon à la broche ou une tartine de hachis de porc avec pickles ! Le soir, le match sera retransmis sur écran géant.

*Pour plus d'informations :
www.thuisvanlede.be.*

titrent 5%, son degré d'alcool est plus élevé, mais cela ne gâche en rien la qualité de cette bière, que du contraire. Je recommande de la consommer avec une tartine de pain au levain et au beurre frais et... des crevettes. » La tomate crevettes est un classique de la cuisine belge même si selon Stijn cette recette n'est pas idéale au niveau du mariage des saisons. « La tomate est meilleure en plein été, lorsque les fruits sont gorgés de soleil, donc plus doux et moins acides. La crevette par contre atteint les sommets de sa saveur en septembre et octobre. Le pairing doit tenir compte de trois éléments : l'acidité de la tomate, le caractère minéral et iodé de la crevette et le gras de la mayonnaise ou de la sauce cocktail. »

Stijn conseille donc la tomate crevettes avec La Divine de la Brasserie de Silly. Plus forte (9,6% d'alcool), cette bière de type abbaye

est aussi caractérisée par l'utilisation de malts caramélisés, plus brûlés, qui lui procurent des saveurs boisées et fumées. C'est de toute évidence une bière à découvrir, très complexe, dotée d'une large palette aromatique.

Le goût des croquettes de crevettes dépend des crevettes elles-mêmes mais aussi et surtout de la bisque préparée avec leurs carapaces, base de la béchamel, et de l'appareil de ces croquettes. Elles ont aussi à la fois le goût et la texture de la chapelure frite. « Cette texture croquante, ferme, qui dévoile ensuite le côté rond et complexe de la béchamel chaude, est un des atouts de cette recette. C'est pourquoi je déconseille totalement de mettre du jus de citron sur la croûte. D'une part, celle-ci va ramollir et d'autre part, le citron développe une acidité trop présente, trop directe. Par contre,

j'aime qu'on les propose avec du persil, frit ou en coulis. Le persil frisé apporte fraîcheur et texture à cette entrée. »

Pour les croquettes de crevettes, un plat complexe s'il en est, Stijn propose La Oud Bruin de Brouwers Verzet à Anzegem. Titrant 6% en alcool, elle fait partie des bières rouges brunes, vieillie en fûts de chêne durant 6 mois au moins. Sa saveur et son aspect (elle a peu de mousse) fait penser aux lambics du monde de la gueuze. Elle développe des arômes de bois, de fruit rouge et de... pomme verte.

C'est une évidence, le monde de la bière est riche de belles singularités que l'on peut déguster en toute occasion aux fins de réaliser des accords gourmands.

Les meilleures poissonneries du littoral

Pieter van Douveren s'est mis en quête des magasins où l'on trouve le poisson le plus frais. Il a sélectionné et visité sept poissonneries renommées. Vu le nombre de clients, le poisson et les fruits de mer ne font pas long feu sur les étalages. D'où l'importance des nouveaux arrivages quotidiens dans les criées.



POISSONNERIE MARE NOSTRUM

« Fish for Foodies » : l'enseigne en façade ne laisse planer aucun doute. Mare Nostrum ne veut pas être une simple poissonnerie. C'est pourquoi elle mise sur un assortiment de choix destiné aux cuisiniers amateurs qui s'y connaissent. Ces cuisiniers en herbe viennent y chercher des produits qu'ils ne trouvent nulle part ailleurs, notamment du foie de raie, des langoustines vivantes, des couteaux vivants, du bar pêché à la ligne, de la lavande de mer, des gros turbots, des harengs nettoyés à la main, des crevettes décortiquées à la main et, en saison, une quinzaine de variétés d'huîtres. Ce magasin aéré et moderne présente un comptoir en U au centre. Les poissons sont disposés à l'avant et les plats préparés sur les côtés. La famille travaille dans le domaine du poisson depuis cinq générations. Soucieuse de l'environnement, la poissonnerie Mare Nostrum privilégie le poisson issu d'une pêche durable.

Poissonnerie Mare Nostrum, Strandlaan 321, 8670 Coxyde/Saint-Idesbald, 058 51 45 85. Fermé le lundi.

LES MEILLEURES ADRESSES DU LITTORAL



POISSONNERIE DEPAEPE

La poissonnerie Depaepe a été fondée en 1928 par Victor Depaepe et son épouse sur la Kursaalstraat de Heist. Le commerce a changé en 1978, sous l'impulsion de Martine Baervoets et son mari. Au poisson frais est venu s'ajouter un assortiment de plats préparés. Au menu : anguilles au vert, tagliatelles au saumon, cocktail de crevettes... En 2009, Martine a passé le flambeau à sa fille aînée Anneke Van Troyen et à son mari Kristoffel. Représentants de la cinquième génération, ils ont déménagé pour installer le commerce dans une nouvelle construction de la Knokkestraat. L'intérieur a été rénové il y a cinq ans : il met en œuvre du verre transparent et de la pierre naturelle noire. De quoi mettre le poisson en valeur. Envie de crevettes ou d'un plateau de fruits de mer ? Chez Depaepe, vous êtes à la bonne adresse. Vous y trouverez notamment des bigorneaux, des bulots cuits sur place et des langoustines.

Poissonnerie Depaepe,
Knokkestraat 20A, 8301 Knokke-Heist,
050 51 13 16. Fermé le mercredi et
le dimanche.

POISSONNERIE WESTHINDER

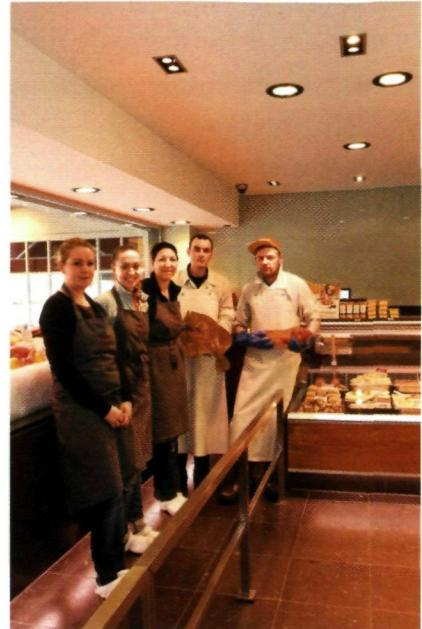
La poissonnerie Westhinder vous accueille à un jet de pierre du port et de la criée de Zeebruges. Ce beau magasin spacieux et aéré cultive, lui aussi, une excellente réputation dans la vente de poisson et de fruits de mer de première fraîcheur. Les gérants, Pierrette et Jozef De Graeve, ont repris le commerce en 1977 et l'ont entièrement rénové il y a peu. Pierrette achète son poisson aux criées de Zeebruges et d'Ostende. Il lui arrive aussi de s'approvisionner à celle de Breskens. La poissonnerie Westhinder est donc en mesure d'offrir des produits de qualité à prix serrés. Pierrette a suivi l'évolution de l'offre de crevettes fraîches : les bateaux qui partent pêcher le « caviar de la mer du Nord » ne sont plus très nombreux. Le service est prévenant et toujours ponctué d'un bon conseil. La liste des plats préparés comprend quelques classiques tels que la soupe et les croquettes de crevettes maison.

Poissonnerie Westhinder,
Vismijnstraat 20, 8380 Zeebruges,
050 54 41 47. Fermé le mardi.

POISSONNERIE SIMONNE

La poissonnerie Simonne est la plus petite poissonnerie, et la plus intime, de la côte. Les propriétaires connaissent le nom de la plupart de leurs clients. Il faut connaître l'endroit, car la poissonnerie est excentrée et il y a peu de chances que vous passiez devant par hasard. Le magasin a récemment été rénové et réaménagé. Sa spécialité ? Le poisson frais du jour. Les produits qui garnissent les étals sont de première fraîcheur. Norman Schiltz et Gwenny Demon tiennent les rênes du magasin. Norman a toujours vécu au rythme du poisson : son père était armateur et Norman a travaillé longtemps à la criée. Aujourd'hui, il y achète son poisson. Gwenny regrette que les arrivages locaux de crevettes soient en recul. Quand il n'y a pas de variétés belges, elle opte pour des crevettes hollandaises ou allemandes de première qualité, tout aussi savoureuses selon elle. Autres spécialités : les bulots français, moins coriaces, les grosses langoustines néerlandaises et l'omble chevalier d'Islande.

Poissonnerie Simonne,
Van Maerlantstraat 26,
8370 Blankenberge, 050 41 33 18.
Fermé le dimanche et le lundi après-midi.



POISSONNERIE LUC

Le grossiste Luc existe depuis 1970 et fournit essentiellement les restaurants. Le magasin est venu s'ajouter en 1990. Bien que le père soit toujours actif, ce sont surtout ses fils qui gèrent désormais le commerce. Le poisson frais arrive dans divers ports belges et étrangers. Le poisson islandais est acheminé par avion, le poisson danois par camion. Les crevettes sont en grande partie achetées à des pêcheurs belges, parfois néerlandais (même si Luc Eggers, le père, n'est pas tellement d'accord). La poissonnerie Luc se calque sur les saisons et tire sa renommée de ses moules, ses homards, ses écrevisses et ses harengs. Elle pratique des prix avantageux. Vous n'avez pas envie de cuisiner ? Optez pour un plat traiteur, par exemple un plat froid à base de poisson fumé.

Poissonnerie Luc, Groentemarkt 14,
8400 Ostende, 059 50 14 18.
Fermé le lundi et le mardi.

POISSONNERIE-TRAITEUR IRMA

Irma est probablement la meilleure poissonnerie et sans nul doute la plus chère de la côte. Ce charmant magasin jouit d'une excellente réputation. Cathy Van Acker, la propriétaire, s'en porte garante. C'est sa grand-mère, Irma, qui a fondé la boutique. Tous les jours, elle partait de Heist à pied, armée de son diable, pour aller vendre des crevettes à Knokke-le-Zoute. Pour Cathy, tout doit être parfait : si un poisson n'est pas de qualité optimale, elle ne l'inclut pas dans son offre. Le poisson est présenté sur un plateau dans le comptoir frigorifique. Ici, pas de glace : Cathy trouve que ce n'est pas propre et que la glace affadit le produit. Les crevettes sont devenues difficiles à trouver, car de nombreux petits pêcheurs disparaissent. Cathy essaie malgré tout de proposer des crevettes de janvier à décembre. En l'absence de variétés belges, les crevettes viennent des Pays-Bas. Elles sont alors un peu plus salées.

Poissonnerie-Traiteur Irma,
E. Verhaerenlaan 24,
8300 Knokke-le-Zoute, 050 60 14 13.
Fermé le mardi et le mercredi.

POISSONNERIE GAETANE

La poissonnerie Gaetane est une valeur sûre des amateurs de poisson. C'est Wilfried Van Elverdinghe qui fait tourner la boutique. D'abord pêcheur, il est ensuite devenu un poissonnier de renom. Wilfried Van Elverdinghe connaît le poisson mieux que quiconque. Il provient d'une famille d'anciens pêcheurs et il peut s'appuyer sur 47 ans d'expérience. Il sait mieux que personne quel traitement résérer au poisson, sur le quai comme dans l'assiette. En toute logique, son comptoir regorge de poissons de première fraîcheur. Limande jaune, limande-sole, grand sébaste ou raie : tous les produits semblent avoir été pêchés à l'instant. Wilfried achète ses crevettes à des pêcheurs de Nieuport. Les arrivages irréguliers et limités (généralement pas plus de 100 kg) doivent être répartis entre les nombreux candidats. Quand les crevettes locales manquent à l'appel, le poissonnier se rabat sur les variétés hollandaises.

Poissonnerie Gaetane, Kaai 35,
8620 Nieuport, 058 23 70 68.
Fermé le mercredi.

LES MEILLEURES ADRESSES DU LITTORAL

PAR SOPHIE ALLEGERT & PHOTOS MICHAEL DEHASPE

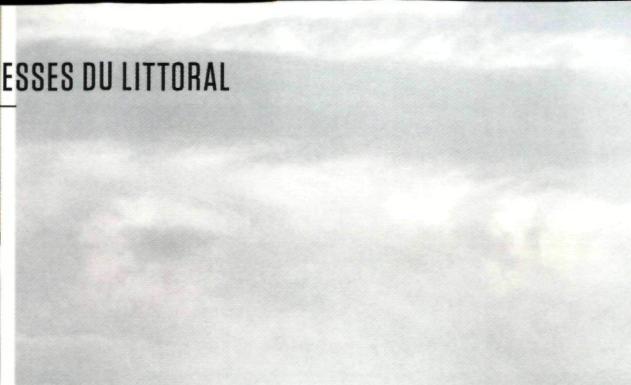


Chefs du littoral à l'honneur

16 chefs du littoral nous font partager leur passion pour l'un de nos trésors nationaux. Tous ou presque baignent dans les crevettes depuis leur enfance et savent mieux que quiconque pourquoi elles sont incomparables. Ils nous livrent également leurs adresses favorites à la côte.



LES MEILLEURES ADRESSES DU LITTORAL



« Des crevettes tout l'été »

*Bartholomeus, Zeedijk 267, 8301 Knokke-Heist, 050 51 75 76,
www.restaurantbartholomeus.be*

Bart Desmidt : « Je suis petit-fils de pêcheur, tous mes oncles étaient pêcheurs et je cuisine depuis dix-neuf ans face à la mer. Je sais donc depuis toujours que nos crevettes sont de première qualité. Un produit magnifique et particulièrement savoureux qui ne manque pas de goût, ni de structure. Il faut être fou pour ne pas jeter son dévolu sur les crevettes. Ici, elles sont au menu de mai à octobre. Nous les agrémentons toujours différemment dans des plats innovants. Les crevettes se déclinent, en effet, de mille et une façons. Nous les achetons à des pêcheurs professionnels qui savent bien où trouver les meilleures ressources de crevettes. »

A faire !

« La plage, la mer, les polders... J'ai grandi ici et je trouve encore que c'est l'un des plus beaux endroits du monde. Le calme et l'ambiance s'y côtoient allègrement. »



« Les crevettes : un vrai festin »

*Brasserie Oosterstaketsel, Zeedijk 350, 8370 Blankenberge, 0476 66 49 98,
www.oosterstaketsel.be*

Ann Warrinnier : « Quand j'étais enfant, les crevettes étaient synonyme de festin. Le dimanche, mon grand-père préparait des croquettes de crevettes et toute la famille se retrouvait à table. Le vendredi, jour du poisson, il y avait toujours des tomates crevettes au menu et les tomates provenaient de la serre de mon grand-père. Ma grand-mère passait une demi-matinée à décortiquer les crevettes avant de faire une mayonnaise et de couper des frites à la main. Un délice ! Il nous arrivait aussi de manger une tartine de pain gris avec du beurre salé, des crevettes et du cresson de fontaine. C'est aujourd'hui le plat qui assure ma survie pendant la saison. Nos crevettes sont incontournables en cuisine. Elles servent tantôt d'ingrédient de base, tantôt de touche finale. Avec les crevettes, les possibilités sont infinies et il n'est pas question de faire une croix sur les classiques tels que les tomates crevettes, les croquettes de crevettes et la soupe de poisson. Les crevettes font mouche dès l'apéritif. Nous servons souvent des crevettes frites, mais aussi des crevettes fraîches pour accompagner une Rodenbach rafraîchissante ou des bouchées aux crevettes. Les crevettes sont notre botte secrète ! »

A faire !

« Depuis notre terrasse, on peut voir les pêcheurs de crevettes rentrer au port de Blankenberge. Envie de vous mêler aux gens du cru pour boire un verre ? Qvee est l'endroit idéal. Le matin, Kevin, le gérant, y décortique ses crevettes sous vos yeux. Comme nous, il confectionne lui-même ses croquettes de crevettes. »



« Des heures de pêche aux crevettes »

*Restaurant Oesterput, Wenduinsesteenweg 16, 8370 Blankenberge, 050 41 10 35,
www.oesterput.com*

Piet Devriendt : « Mon père était négociant en moules. Et il faut savoir que je représente la quatrième génération qui travaille dans le secteur des moules. L'histoire de notre famille est rythmée par les moules et les huîtres. Lorsqu'en 1897, mon arrière-grand-père, ostréiculteur, a transféré son entreprise dans un tout nouvel entrepôt proche de la Westerstaketsel, il ne s'imaginait certainement pas que son arrière-petit-fils y ouvrirait un restaurant une centaine d'années plus tard. J'ai toujours été friand des trésors que recèle notre mer. Enfant, je passais des heures le long de la ligne cotidale avec mon filet de pêche, prêt à attraper des crevettes. Et quand j'y arrivais, j'étais heureux comme un roi. On a beau être célèbres pour nos moules et nos huîtres, bon nombre de crevettes, le caviar

de la mer du Nord, passent aussi par ici. Nous les achetons non décortiquées ou épluchées à la main, fraîches du jour et sans conservateurs. Nous les préparons ensuite selon les recettes familiales ancestrales. Des croquettes de crevettes aux tomates crevettes, chacun a sa formule secrète. »

A faire !

« Non content de disposer de la plus belle terrasse de la côte, le restaurant Picardie (www.restopicardie.be) sert également une excellente sole normande. L'Uilenspiegel de Wenduine (www.restaurant-uilenspiegel.be) tire quant à lui sa renommée de ses délicieuses tomates crevettes. »



« Les pêcheurs de crevettes sont de véritables chasseurs »

Restaurant Tijdok, Tijdokstraat 16, 8380 Zeebruges, 0476 59 65 20, www.tijdok.be



Marianne Pauwaert : « Je suis née dans une famille de pêcheurs. J'ai donc grandi dans le monde des crevettes. Mon père, mon grand-père et mes deux arrière-grands-pères étaient pêcheurs de crevettes. Mes parents et mes grands-parents ont exercé le métier d'armateurs de plusieurs crevettiers. Ma mère et moi sommes toujours actives aujourd'hui. Nous défendons les intérêts de divers pêcheurs de crevettes. Il existe encore actuellement des pêcheurs qui appareillent le soir pour ramener leur cargaison de crevettes fraîches le lendemain matin. Ce sont eux qui fournissent les meilleures crevettes, des crevettes qui ont à peine quelques heures quand elles sont vendues. Adolescente, je m'armais d'un chalut et j'allais attraper des crevettes sur la plage avec mon père et mon frère. Plus tard, je les accompagnais chaque semaine sur leur crevettier. Ce n'était pas une sinécure ! Un pêcheur de crevettes est un véritable chasseur qui doit savoir où, quand et comment attraper des crevettes. Il va sans dire que nous mangions des crevettes au moins deux fois par semaine à la maison. J'ai découvert dès quatorze ans à quel point on pouvait faire preuve de créativité avec ce produit. J'ai perfectionné la recette

familiale ancestrale des croquettes de crevettes, j'ai appris à réaliser une délicieuse bisque à partir des têtes de crevettes... Les crevettes m'ont finalement poussée à ouvrir mon propre restaurant. Aujourd'hui, nous achetons directement nos crevettes chez un pêcheur de crevettes qui amarre son bateau juste en face du restaurant. Ce contre appareille le soir et nous approvisionne en crevettes fraîches le matin. Nous les décortiquons immédiatement dans nos cuisines. Elles sont dépourvues de conservateurs, ce qui nous permet de les mitonner en préservant leur saveur authentique. »

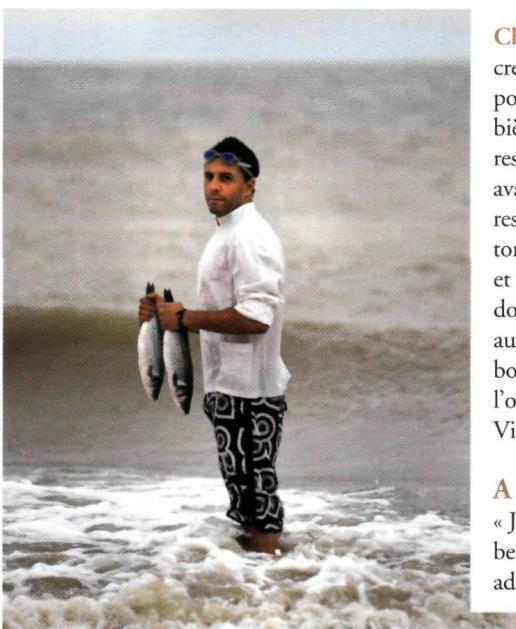
A faire !

« Si vous venez à Zeebruges, vous devez faire une halte au café 't Werftje (Werfkaai 29) pour y déguster des crevettes fraîches accompagnées d'une Rodenbach. Libre à vous de chercher un autre café de marins et d'y commander une croquette de crevettes. Envie d'en savoir plus sur l'histoire de notre pêche ? Poussez la porte de Seafront (www.seafront.be) ou de Sincfala (www.sincfala.be), à Heist. Vous y serez plongé dans la vie d'un pêcheur. »



« La pureté sans fioritures »

*Toi moi et la mer, Albert I-promenade 68, 8400 Ostende, 0475 28 97 95,
www.toimoietlamer.be*



Christophe Snaauwaert : « Je suis un Ostendais pure souche. Je mange donc des crevettes depuis que je suis haut comme trois pommes. Ma mère tenait un café populaire ostendais où les touristes venaient déguster des crevettes en sirotant une bière ou, mieux encore, une Rodenbach au fût. Sur mon premier lieu de stage, le restaurant Richard à Ostende, toute la brigade décortiquait des kilos de crevettes avant le début du service. Aujourd’hui, je mise sur la pureté et le naturel, dans le respect du produit. Je prépare donc les tomates crevettes comme il se doit : avec des tomates pelées encore un peu chaudes, de la mayonnaise-minute, un œuf mi-cuit et une généreuse portion de crevettes. Un classique parmi les classiques, qu’on se doit de respecter. Notre menu comprend également les pommes de terre des polders aux crevettes et les incontournables croquettes de crevettes. La recette de notre bouillabaisse repose elle aussi sur un fumet à base de têtes de crevettes. Nous achetons l’or gris de la mer du Nord sur un bateau appartenant à la famille Bogaert, près du Vistrap. Elles sont pêchées la nuit et cuisinées dès le lendemain matin. »

A faire !

« J’ai du mal à imaginer qu’un chef de la côte puisse ne pas travailler nos crevettes belges. Ce délicieux mets se savoure tout le long du littoral. Pour en acheter, une seule adresse : le Vistrap. »

« A bas les ersatz de crevettes ! »

*Mange Tout, Visserskaai 22, 8400 Ostende, 059 50 07 14,
www.restaurantmangetout.be*

Peter Moyaert : « Tout qui a grandi à la côte a déjà pêché et cuisiné des crevettes. Je ne déroge pas à la règle. J’ai toujours adoré nos crevettes, du moins en version non décortiquée. Les crevettes épluchées préemballées qui garnissent les rayons des supermarchés ne valent rien. On devrait d’ailleurs les appeler des ‘ersatz de crevettes’, tout comme le crabe et le surimi. Nous n’utilisons bien sûr que des crevettes non décortiquées et nous essayons de les intégrer telles quelles dans nos plats. C’est, en effet, sous cette forme qu’elles ont le plus de goût. Nous travaillons même depuis peu les petits poissons attrapés avec les crevettes. Des poissons sans nom d’environ quatre centimètres qui passent d’habitude par-dessus bord. Nous les agrémentons pour préparer notre *fish & chips* maison. Ils sont frits et servis dans un sachet de frites en papier, accompagnés de tartare. Un délice à l’heure de l’apéro ! Les crevettes vivantes peuvent tout à fait être conservées dans un vivier à homards ou en chambre froide dans de l’eau de mer. Un verre rempli de crevettes vivantes fait toujours forte impression à l’apéritif ! »

A faire !

« Si vous n’avez pas encore vu les pêcheurs de crevettes à l’œuvre, allez les observer à Oostduinkerke. Et pourquoi ne pas assister au cortège de la crevette à La Panne ? Nous vous recommandons aussi chaudement le bac, à Ostende, qui vous amènera gratuitement à la criée aux poissons. »



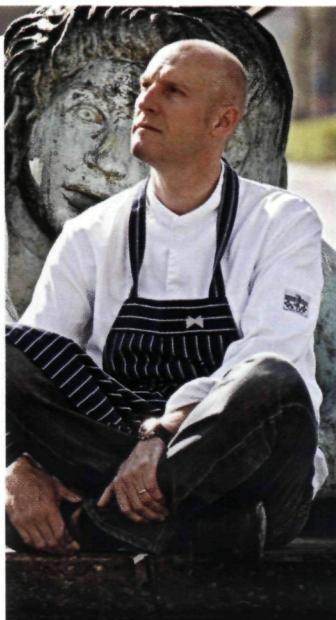
« Les crevettes belges n'ont pas leur pareil ! »

*Bistro Mathilda, Leopold II-laan 1,
8400 Ostende, 059 51 06 70,
www.bistromathilda.be*

Luk Deklerck : « J'ai développé une passion pour les crevettes dès mon plus jeune âge. Toutes nos vacances s'articulaient autour de notre cabine de plage, à Bredene, où mon père n'a pas tardé à rejoindre un club de pêcheurs de crevettes. Tout l'été, les membres ramassaient des crevettes avant de les cuire et de se les partager sur place. J'adore encore et toujours le croquant des crevettes fraîchement cuites. Nous achetons nos crevettes au pêcheur Luc Bogaert, au Vistrap d'Ostende. Il a toujours pratiqué une pêche durable. Ses prises accessoires se limitent aux petits crabes et il cherche même à s'en débarrasser en pêchant de manière encore plus durable, car les crabes ne font qu'une bouchée des crevettes. Nous décortiquons nos crevettes nous-mêmes. Un travail de longue haleine, mais qui vaut la peine : les têtes et les carapaces de crevettes permettent de concocter de délicieux fumets. Outre la salade et les croquettes de crevettes classiques, nous servons également une *tatjespap* aux crevettes, soit une purée de pommes de terre au lait battu. Les crevettes belges sont les plus fraîches qui soient. Nos pêcheurs nationaux les cuisinent sur leur bateau, dans de l'eau de mer, et livrent leur prise dans les 24 heures. Leurs homologues néerlandais restent quant à eux plusieurs jours en mer et ramènent des crevettes crues, qui sont ensuite cuites et décortiquées dans de grands ateliers. Vous voulez acheter du Belge ? Choisissez donc des crevettes non décortiquées. »

A faire !

« Rendez-vous au Vistrap pour acheter des crevettes de première fraîcheur à l'une des femmes de pêcheur. Elles vous vendent leur marchandise avec enthousiasme. Envie de pêcher vous-même vos crevettes ? Embarquez à bord du Crangon, un crevettier traditionnel, ou essayez-vous à la pêche (www.flanderseventmaker.be). »



« Les perles de la mer du Nord »

*Kromme Elleboog,
Torhoutsesteenweg 11, 8432 Leffinge-Middelkerke, 059 51 55 11,
www.kromme-elleboog.be*

Johan Desmet : « Rien ne surpassé les crevettes ostendaises tout juste décortiquées. Ce sont les perles de la mer du Nord. Depuis douze ans, mon beau-père se rend tous les matins au Vistrap d'Ostende pour y admirer la prise du O.62, le crevettier de la famille Bogaert, et s'approvisionner en crevettes fraîches. Nous les décortiquons ici avant de les cuisiner : salade de crevettes originale, bisque de crevettes à la coriandre et à l'estragon, pommes de terre des polders aux crevettes et à la ciboulette... Les crevettes sont la plus belle chose que la mer puisse nous offrir. Nous donnons la priorité aux produits, de préférence aux produits régionaux. Nous associons ces produits du terroir à la convivialité. C'est pourquoi nous qualifions notre établissement de bistro : il est placé sous le signe des mets savoureux et de la bonhomie. Ici, nous ne faisons pas de chichis, il s'agit de se faire plaisir, tout simplement. »

A faire !

« Le Vistrap d'Ostende se doit de figurer au programme de toute escapade à la côte. Le départ du bac gratuit se trouve juste à côté. Une véritable aventure pour les enfants et une distraction gratuite pour les parents ! »





« Toujours fraîches et décortiquées à la main »

*Le homard et la moule, Duinenstraat 325, 8450 Bredene, 0475 56 63 39,
www.lehomardetlamoule.be*

Donald Deschagt : « Je suis un enfant de la mer. Mon père était pêcheur et j'ai grandi dans le restaurant de mes parents. J'ai su très tôt que la cuisine serait ma passion. Mon restaurant se dresse face à la mer, à deux pas de la criée. La mer est le fil rouge de ma vie et je suis un mordu de crevettes, le trésor de la mer, à condition bien sûr qu'elles soient fraîches et décortiquées à la main. Il n'y a donc pas de crevettes au menu après une tempête, car les crevettiers ne sortent pas dans ces conditions. Tout est bon dans la crevette, c'est un produit qui me permet de laisser libre cours à mon imagination. J'ai même déjà proposé des crevettes vivantes à mes clients et personnellement, j'adore les cuire non décortiquées : cette technique fait ressortir leur saveur authentique. Les crevettes s'associent à merveille aux nombreuses plantes, fleurs et algues comestibles qui poussent dans nos dunes et dans la mer. Nous cueillons des algues marines sur nos brise-lames et de la laitue de mer sur les rochers de l'Oosteroever. Sans oublier la roquette, la fleur de roquette, l'achillée millefeuille, le poivre des murailles, le pourpier, la fleur de pourpier blanc... Autant de petites merveilles que nous mettons en scène pour la garniture ou que nous préparons en pommade pour agrémenter un plat. »



A faire !

« Il faut à tout prix admirer les pêcheurs de crevettes d'Oostduinkerke à l'œuvre. A Bredene, je vois chaque jour les armateurs de pêche crevettière prendre la mer et j'ose parfois les accompagner. Je le conseille à tout le monde ! »

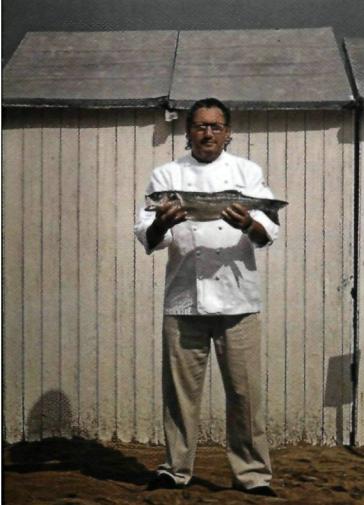
« Les meilleures crevettes viennent de Nieuport »

Hostellerie Le Fox, Walckierstraat 2, 8660 La Panne, 058 41 28 55, www.hotelfox.be

Stephane Buyens : « J'ai toujours plaidé en faveur des produits régionaux. Pourquoi voir plus loin que le bout de son nez ? Nous avons tellement de produits fantastiques ici, ce serait un crime de ne pas les utiliser. Je ne comprends pas qu'un chef puisse mettre du thon ou des scampis à la carte alors qu'il pourrait miser sur la plie, la raie, le cabillaud, la sole et les crevettes bien de chez nous. Croyez-moi, nos eaux ne recèlent que de l'excellent poisson. Les produits régionaux se mangent dans leur région et doivent y rester. Il ne vous viendrait jamais à l'esprit de manger une raclette à la plage ! Nos crevettes sont le caviar de la mer du Nord. Et les meilleures viennent de Nieuport. Les nombreuses épaves qui y ont sombré en font le vivier de crevettes le plus riche. Nous achetons nos crevettes à Nieuport ou par l'intermédiaire des pêcheurs de crevettes à cheval, à Oostduinkerke. Nous les achetons bien sûr non décortiquées. Nous n'envisagerions pas une seconde de les acheter épluchées. Le décorticage est une activité idéale quand il pleut et il n'a rien de compliqué. Il suffit de maintenir fermement la tête et la queue et de tourner un peu pour que la queue se détache. Tous les stagiaires qui arrivent ici commencent par éplucher des crevettes. C'est une tradition côtière, au même titre que la dégustation de croquettes de crevettes ou de tomates crevettes quand on vient à la mer. Choisissez évidemment des tomates belges de plein champ, de préférence les moins jolies : ce sont les plus savoureuses. Accompagnez-les de mayonnaise-minute et de quelques feuilles de salade. Simple, mais redoutable ! »

A faire !

« La côte ne se limite pas au poisson. On y trouve aussi d'excellentes fraises. Faites un saut à la Hoeve Noord Gasthuis (www.noordgasthuis.be), à Adinkerke, face à Plopsaland. Les fraises y sont cultivées sur des terrains sablonneux, ce qui leur confère une saveur subtile et particulière. »



« Dégustation sur la plage »

Huyze Armalot, E. d'Arripelaan 13, 8660 La Panne, 058 62 58 62,
www.huyzearmalot.be

Sandrine Auvray : « Enfant, j'accompagnais mon père à chaque fois qu'il allait pêcher la crevette en mer. Je l'observais, pleine d'admiration. Une fois la pêche terminée, je passais les crevettes au tamis, pour mon plus grand plaisir. Les plus petites étaient rejetées à la mer, de même que les crabes. La prise était ensuite cuite et il fallait attendre que les crevettes aient suffisamment refroidi pour les déguster. Quel délice ! Un spectacle fascinant qui n'a jamais cessé de m'intriguer. Aujourd'hui, nous achetons nos crevettes à la criée de Nieuport et nous les utilisons notamment pour garnir nos filets de plie farcis aux pommes de terre écrasées, oignons nouveaux, compote de tomate et coulis persillé. La perfection réside souvent dans les détails. »

A faire !

« Vous êtes amateur de crevettes et de pêche ? Ne manquez pas le cortège de la crevette à Oostduinkerke. Visitez également le Musée national de la Pêche, lui aussi à Oostduinkerke (www.navigomuseum.be). Mon père y joue les guides enthousiastes ! »



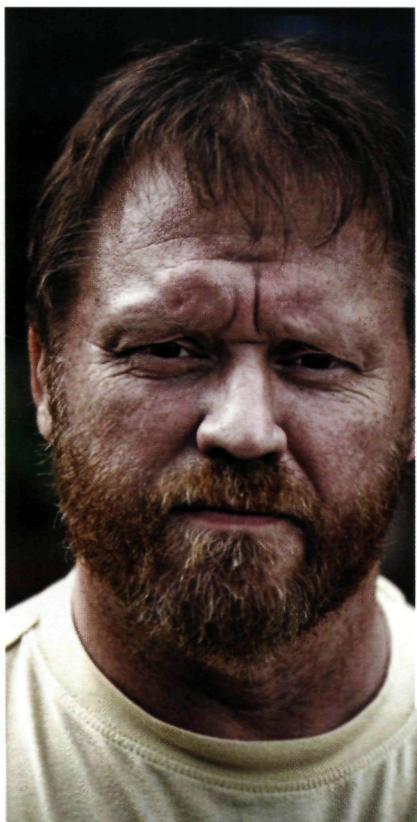
« L'authentique 'Ostdunkerkse gernoarsoepe' se déguste chez nous »

Wielrijdersrust-Het Dorstige Hart, Dijk 33, 8670 Wulp, 0474 40 99 69,
www.wielrijdersrust-hetdorstigehart.be

René Van Aeken : « Je n'ai pas peur de le dire : notre *Ostdunkerkse gernoarsoepe* est réputée. Comment pourrait-il en être autrement ? Mon beau-frère est resté un vrai pêcheur de crevettes à cheval. Nous cuisinons donc les meilleures crevettes qu'on puisse trouver. Les gros calibres jouent le rôle principal tandis que les crevettes trop petites pour être décortiquées sont utilisées pour préparer des fumets. Nous vendons notre célèbre soupe sur place et sur les marchés folkloriques qui se tiennent à côté du Musée national de la Pêche (NAVIGO), à Oostduinkerke. Ces crevettes d'Oostduinkerke sont également à la base de nos tomates crevettes, nos croquettes de crevettes, notre omelette aux crevettes, notre cocktail de crevettes et nos bouchées aux crevettes. Nous proposons aussi une bouillabaisse de poissons de la mer du Nord, escortée de... crevettes ! Des crevettes qui se marient à merveille avec nos nombreuses bières locales : Wulps Blondje, Stoere Wulp, Peerdevisser, Roeschaert (un elixir local relativement fort)... A ce propos, demandez à un pêcheur l'effet qu'a une Roeschaert... »

A faire !

« Après une visite du musée NAVIGO (www.navigomuseum.be), installez-vous à l'Estaminet De Peerdevisscher attenant et inscrivez les innombrables fêtes et cortèges de la crevette dans votre agenda. Envie de découvrir les polders sous un autre jour ? Embarquez à bord du bateau électrique Koksijde01, que vous trouverez juste à côté de chez nous. »



« Comme un poisson dans l'eau à la criée »

*Oh Restaurant, Koninklijke Baan 289, 8670 Saint-Idesbald, 058 52 05 72,
www.ohrestaurant.be*

Ivan Puystiens : « J'ai grandi à Nieuport, le chenal et l'estacade en guise de terrains de jeu. Le grand-père d'un de mes camarades était commissaire-priseur à la criée de Nieuport. Je m'y rendais chaque semaine avec mon grand-père. Nous connaissions tous les pêcheurs et nous nous y sentions chez nous. Nous attrapions aussi des crevettes : mon grand-père avec un grand chalut, moi avec un filet de 1,5 m de large, tout de même ! Le dimanche, il y avait des tomates crevettes au menu. Pour les préparer, nous utilisions les tomates du jardin et les crevettes que nous avions attrapées. Par la suite, nous avons déménagé à Oostduinkerke et je me suis pris de passion pour la pêche à cheval. Je me suis mis à dresser des chevaux pour aller pêcher la crevette à la mer. J'ai également appris à cuisiner les crevettes. La crevette est un mets délicat, un animal fragile qu'il faut manipuler en douceur. Elle a un goût à la fois prononcé et subtil. Les crevettes sont traditionnellement cuites en mer ou dès que le crevettier rentre au port. En collaboration avec les pêcheurs de Nieuport, Danny Huyghebaert et Philippe Godfroid de la Vlaamse Schelpdier- en Viscoöperatie (coopération flamande des coquillages et du poisson) ont imaginé une manière de nous livrer les crevettes vivantes. L'occasion pour nous, les chefs, de proposer des crevettes on ne peut plus fraîches. »

A faire !

« Le Café Den Zoeten Inval (Nieuwpoortsesteenweg 183, 8670 Koksijde) est un café populaire à l'ancienne, empreint de tradition. Dégustez-y une bière accompagnée de poisson séché. L'établissement est tenu par la troisième génération de pêcheurs de crevettes. »



« Les croquettes de crevettes sont incontournables »

Restaurant Seasons, Manitobaplein 5, 8370 Blankenberge, 0471 95 67 74

Dirk Crauwels : « Enfant, j'allais déjà pêcher à la ligne en mer. Une journée de pêche se terminait toujours sur une terrasse de Blankenberge. Je ne l'oublierai jamais. Les hommes buvaient une Rodenbach bien méritée et nous décortiquions ensemble nos crevettes encore chaudes. Par la suite, j'ai personnellement pris la mer plusieurs fois pour pêcher la crevette et partager la prise. Les crevettes servent de fil rouge à la vie de nombreux chefs côtiers. Aucun ne l'omet sur sa carte. Il faudrait être fou ! Les croquettes de crevettes sont incontournables. Bon nombre de touristes veulent, en effet, déguster nos classiques quand ils viennent à la côte. Mais la crevette offre une foule d'autres possibilités créatives. Nous agrémentons par exemple notre bisque aux crevettes de la mer du Nord de Blankenberge Kokketeute, une bière forte de chez nous. Nous rehaussons, par ailleurs, notre filet de lingue et sa purée de poireaux de jus de crevettes. Nous achetons nos crevettes à Zeebruges. Quand la météo est favorable, un ami de la maison part pêcher la crevette et nous nous approvisionnons chez lui. »

A faire !

« Nieuport, Ostende et Zeebruges ont beau être les principaux ports de crevettiers, des bateaux appareillent aussi chaque jour à Blankenberge. Surveillez les marées et attendez-les au port : vous reviendrez peut-être avec une portion de crevettes. »



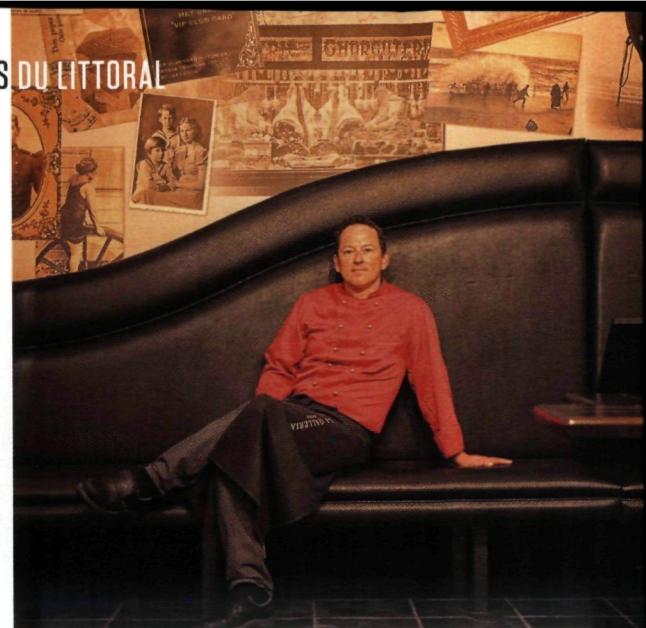
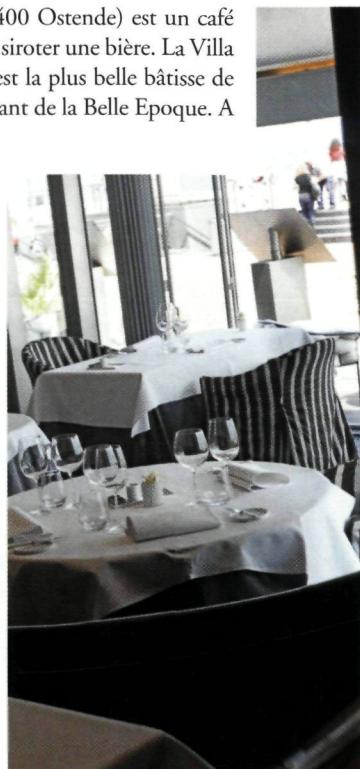
« Je suis un enfant des polders flamands »

Savarin, Albert I-promenade 75, 8400 Ostende,
059 51 31 71, www.savarin.be

Floris Pancoucke : « Mon restaurant se trouve à 20 mètres de la mer, sur la digue d'Ostende. Mes racines sont ancrées dans les polders flamands. Il est donc logique que je me passionne pour la richesse naturelle de la mer. Je m'efforce de travailler les produits du terroir. Notre carte propose donc essentiellement du poisson de la mer du Nord. Mes ingrédients de prédilection ? Le poisson, les coquillages et les crustacés déchargés quotidiennement sur le quai d'Ostende. J'adore les crevettes. Nous les inscrivons au menu ou les préparons en amuse-bouche tout au long de l'année. Je les associe aux jets de houblon, au chou-fleur et aux asperges. Elles accompagnent aussi d'autres espèces de poisson, comme le cabillaud et le bar. Elles ont beau être de petite taille, elles libèrent une saveur prononcée bien à elles. »

A faire !

« Le Copador (Langestraat 10, 8400 Ostende) est un café branché où les gens du cru aiment siroter une bière. La Villa Maritza, juste à côté du Savarin, est la plus belle bâtie de la digue. Une merveille classée datant de la Belle Epoque. A ne pas manquer ! »



« Le poisson s'achète au Vistrap »

Bistro La Galleria, James Ensor
Gaanderij 30-32, 8400 Ostende, 059 70 01 50,
www.lagalleriaoostende.be

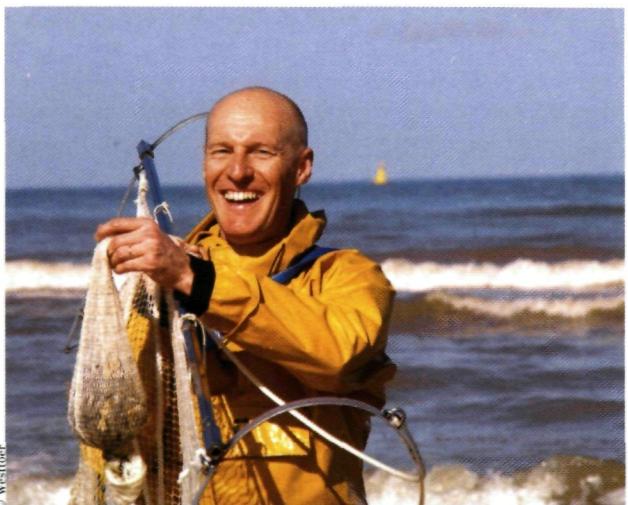
Dominique Bouttelisier : « En tant qu'Ostendais pure souche, j'ai pour ainsi dire grandi avec les crevettes. Mon plat préféré est la *Ostens patatje*. Elle figure d'ailleurs sur notre carte. Les crevettes libèrent des saveurs authentiques. Elles ne requièrent, dès lors, aucune préparation complexe. Si vous habitez Ostende, vous achetez votre poisson au Vistrap. Un point c'est tout. Nos crevettes sont pêchées par Luc, sur son crevettier 0.62 Dini. Il a baptisé son bateau en référence à sa fille, qui vend les crevettes fraîches au Vistrap. Ensemble, ils mettent tout en œuvre pour ramener chaque jour le plus de crevettes fraîches possible. Dans la mesure où nous achetons nos marchandises à leur descente du bateau, nous n'avons pas de crevettes en cas de tempête. Les crevettes servent notamment à préparer nos célèbres croquettes de crevettes et notre bouillabaisse ostendaise. Elles agrémentent aussi généreusement bon nombre de nos suggestions. Le vendredi, nous proposons un tour de la région. Nous servons alors le menu *Belle époque op zijn Oostends* (Belle Epoque à l'ostendaise) et les clients se délectent de plats ostendais d'autrefois. Le repas s'ouvre sur un *aperetiefje met e smaksje geoffreert van thuis* (apéritif de la maison). La suite du menu est elle aussi traduite en dialecte ostendais. »

A faire !

« Le Vistrap d'Ostende est un événement à part entière. Surtout aux petites heures, lorsque les pêcheurs de crevettes déchargent leur prise à quai. A conseiller tant aux lève-tôt qu'aux oiseaux de nuit. »

Chef, à vos fourneaux !

Tout bon plat se prépare avec de bons produits. Pourquoi chercher loin ce qu'on a à portée de main ? La mer du Nord et la région des polders sont les meilleurs fournisseurs pour nos chefs côtiers. Le projet « Lekker aan zee: Chef we dagen uit! » (Les délices de la mer : Chefs, à vos fourneaux !) vise à mettre ces produits régionaux encore plus à l'honneur sur la carte des nombreux restaurants du Littoral. Le caractère saisonnier revêt, à cet égard, une grande importance.



Les délices de la mer

Le Littoral belge et ses polders recèlent de nombreux produits gastronomiques qu'on ne trouve nulle part ailleurs dans le monde. Pensez aux crevettes de la mer du Nord, aux légumes et aux fruits des polders, au beurre et aux fromages fermiers et à toutes ces herbes qui poussent dans les dunes...

Sous la houlette de grands chefs

Pour pousser les restaurants du Littoral à découvrir et à respecter encore mieux ces produits locaux, Westtoer a organisé le projet européen Interreg des 2 Mers « Les délices de la mer : Chefs, à vos fourneaux ! ». Quatre chefs renommés ont endossé le rôle de coaches : Stéphane Buyens (Le Fox, La Panne), Stijn Bauwens (De Kruidenmolen, Le Coq), Luc Deklerck (Bistro Mathilda, Ostende) et Dries Cloet (Hotelschool Ter Duinen, Coxyde).

Un atelier inspirant

Le projet a commencé par un moment d'inspiration qui a plongé les établissements participants (27 au total) au cœur des nouvelles tendances en matière de cuisine, de produits et d'intérieur. Des plats originaux à base de poisson pour les enfants ont également fait l'objet d'une attention particulière. « Les enfants doivent apprendre maintenant à manger nos poissons pour en acheter eux-mêmes plus tard. Nous devons donc les éduquer correctement et ne pas leur servir uniquement des scampi », précise le chef Stijn Bauwens.

Les 27 chefs côtiers ont ensuite abordé l'identité, les menus et la connaissance des produits sous la houlette des coaches. Enfin, les participants ont eu l'occasion d'apprendre

de nombreux trucs et astuces lors de l'atelier culinaire très apprécié pendant lequel les quatre grands chefs ont partagé leur savoir et leur art. D'après le chef Stéphane Buyens, nos produits libèrent des saveurs si agréables et si pures qu'ils ne nécessitent pas de préparation complexe. Sa devise ? « Less is more, keep it simple ! » Mais les variantes originales et qualitatives des grands classiques n'étaient pas en reste.

Délices régionaux

Il ne suffit évidemment pas de parler des produits : il faut avant tout les voir et les goûter. Les participants ont donc été invités à visiter les criées de Zeebruges et d'Ostende. Au Littoral, vous trouvez encore les meilleures poissonneries. Celles-ci achètent, en effet, directement leurs poissons et leurs crevettes de la mer du Nord aux ventes à la criée. Il est aussi crucial pour les restaurateurs de savoir exactement quels sont les poissons frais qui arrivent ici chaque jour et quelle est la meilleure saison pour chaque espèce de poisson. Plusieurs poissons bien moins connus, mais tout aussi délicieux ont été présentés sur place : le tacaud, le grondin perlon, le merlan, la petite roussette, le poisson-loup... « Le consommateur connaît surtout la sole, le cabillaud, la lotte et le saumon. Nous essayons de leur faire découvrir d'autres espèces de poisson d'excellente qualité », expliquent les participants. Suite du programme ? Une visite de la ferme Beauvoordse Walhoeve et de la ferme de houblon 't Hoppecruyt. Les savoureux fromages et les jets de houblon

sont en effet d'autres délices locaux dont nous pouvons être fiers.

L'or gris de la mer du Nord

La plus grande fierté de notre mer du Nord sont bien sûr les crevettes ! Les chefs participants ont eux-mêmes pu prendre la mer pour capturer ces petites merveilles grises. Après la pêche, les crevettes ont été cuisinées et dégustées sur place. Un pur délice ! Tel est aussi l'avis du chef Luc Deklerck, qui aime les crevettes depuis sa plus tendre enfance. Son père était membre d'un club de pêcheurs de crevettes. « Nous achetons nos crevettes au Vistrap d'Ostende et nous les décortiquons à la maison. Impossible de faire plus frais ! Les pêcheurs belges cuisent les crevettes sur le bateau, dans de l'eau de mer, et livrent leur prise dans les 24 heures, contrairement à nos pays voisins. » Mais sur la terre ferme, les dunes recèlent aussi une foule de produits exceptionnels, comme les nombreuses herbes... Lors d'une petite visite guidée, les chefs ont ainsi appris quelles herbes pouvaient être cueillies et utilisées en cuisine.

Le Littoral belge est assurément une source de produits savoureux en provenance de la mer ou des polders. Une destination idéale pour une expérience gastronomique de première classe !

Découvrez les restaurants participants et certains de leurs plats sur www.dekust.be/lekkeraanze.

ENTRE LES MAILLES DU FILET



Mieux vaut avoir le cœur bien accroché pour affronter certaines vagues.

Une nuit en mer

« Pas de femmes à bord », ont coutume de dire les vieux pêcheurs superstitieux. Mais nous allons défier le sort, enfiler nos bottes de caoutchouc, un gros pull chaud et un ciré jaune et monter à bord du chalutier O.71 Jacob Kien. Avec le skipper Maurice, le machiniste et barreur Jean-Pierre, et Gino le matelot.

Nous levons l'ancre à quatre heures de l'après-midi, par une chaude journée d'été indien, sans un souffle de vent ou presque. La mer est d'huile. Sur le quai, le fils de Gino, qui a douze ans, rêve de nous accompagner. « Il aimeraient devenir pêcheur, mais sa mère ne veut pas », explique Gino, tandis que son fils agite la main. Tandis que Jean-Pierre raccommode des filets de pêche et que Gino range des bacs en plastique, je rejoins Maurice sur le pont. Il m'explique le fonctionnement du radar et me montre sur son ordinateur les zones poissonneuses. Il est régulièrement interrompu par des messages radio dont je ne comprends que couic. Nous mettons le cap sur l'est, passons au large de Bredene. À hauteur de la plage du Coq, nous jetons les filets

à l'eau. Les chaluts à perche sont déployés de part et d'autre des flancs du bateau. Les câbles métalliques se déroulent du treuil et les chaluts viennent frapper la surface des vagues puis s'y enfoncent lentement. Cela crée un peu d'écume, avant d'entraîner l'ensemble du filet. Nous parcourons trois milles et demi, quatre milles. A gauche et à droite du bateau les chaluts raclent le fond de l'eau. Au bout d'une heure ou une heure et demie, on remonte les filets. Jean-Pierre et Gino s'aident d'un crochet, puis ouvrent les serrures avec une massue. La prise glisse sur le sol luisant du chalutier.

« Maigre prise », maugréent les hommes. De plus, toutes sortes de déchets plastiques polluent les filets – sac Aldi, bidon fendu, tasse ébréchée... Mais aussi une collection de petits poissons, d'étoiles de mer et de crabes.

« C'est *dérlik* », grogne Maurice, qui a mis son navire sur pilote automatique pour venir voir. On referme aussitôt le dessous des deux filets, car il faut ressortir les chaluts. Tandis que les filets gisent à terre, on s'occupe des crevettes. Elles passent au nettoyage, c'est-à-dire que l'on trie de la masse les crevettes trop petites et les poissons, avant de les rejeter à la mer. De l'eau bout dans la grande marmite. Jean-Pierre y ajoute du sel et verse un premier panier plein de crevettes. Cela sent la marée chaude et saline. Les crevettes n'ont pas besoin de cuire longtemps. Dès qu'elles remontent à la surface, on les retire de la marmite, on les passe dans un volume d'eau froide et on les verse sur une table en bois. C'est là que j'entre en scène. D'abord goûter. Je pèle une crevette fraîchement pêchée et cuite, surprise par sa saveur ! Puis je me mets au travail avec Gino : il



Lorsque l'on remonte les chaluts pour la deuxième fois, toujours avec de maigres prises, Maurice décide de chercher une autre zone poissonneuse.

faut éliminer tout ce qui n'est pas crevette. Les petits crabes, les étoiles de mer et les *oede vintjes*, de vilains petits poissons. On remarque aussi quelques pinces de crabes. Je ne résiste pas à en prendre une ou deux. Gino aime surtout les petits calmars blancs. Pour lui, c'est le fin du fin.

La prise, que l'on a immédiatement mise à refroidir après la cuisson, est à présent emballée dans des sacs de plastique d'environ douze kilos et stockée sous une couche de glace dans la chambre froide. « La chaîne du froid commence ici », déclare Gino. « L'idéal est que les crevettes restent en continu sous les 4 degrés. Pour qu'ils ne deviennent pas mauvais. » Puis il faut attendre que l'on remonte les chaluts. Gino regarde un peu de foot à la télé et râle parce qu'un joueur « a loupé ce goal », Jean-Pierre prépare des spaghetti et Maurice est à son poste, très occupé par son GSM. Je décide de rester dehors, pour admirer le coucher de soleil et la mer. Je m'étonne de mes compagnons qui rentrent aussitôt la pêche terminée. Et

fument, mais fument ! Des cigarettes à la chaîne. « Trop... », admet Gino. « Au moins un paquet par jour. Je ne devrais pas, l'année passée j'ai eu quelque chose au palpitant ! » Je remonte auprès de Maurice et lui demande s'il ne s'ennuie pas à force de rester ainsi, à regarder devant lui. « J'y suis habitué », répond-il. « Mais ça commence parfois à me peser. Cinq nuits d'affilée, souvent avec trois heures de sommeil. Je vais sur mes 60 ans, mais je ne compte pas arrêter, je ne saurais pas quoi faire sur le plancher des vaches ! » Jean-Pierre, qui est venu nous rejoindre, confirme que c'est dur.

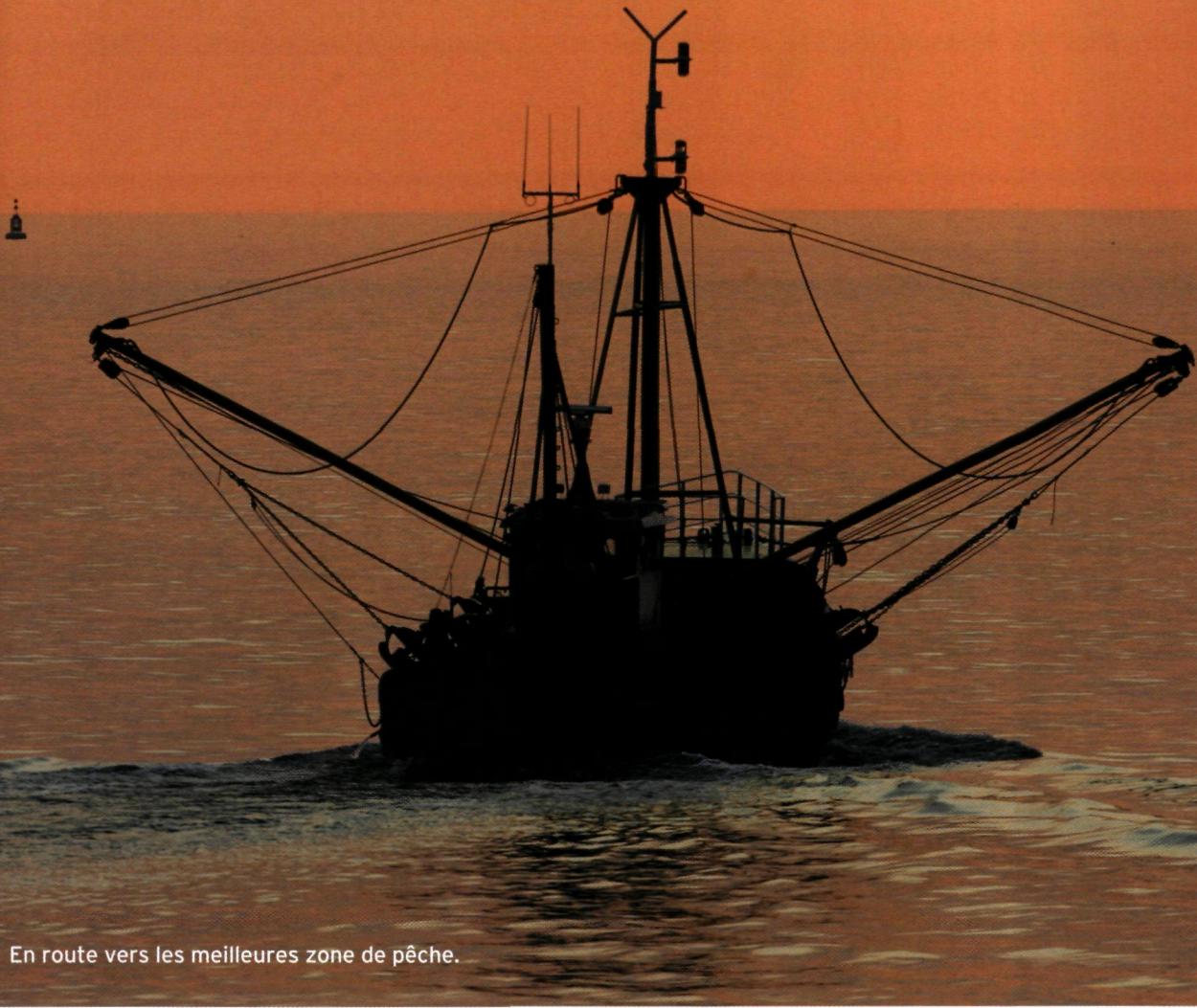
« Vous referiez tout pareil ? », m'enquiers-je. « Oui, mais je veillerais à pouvoir faire autre chose. Quand on est jeune, ça va, mais avec l'âge, c'est un peu plus pénible. Imaginons que je veuille arrêter et changer de boulot, impossible. Pour nous, il n'y a quasiment rien sur la terre ferme. Les jeunes qui suivent aujourd'hui une formation de marin peuvent aller ailleurs, mais avec notre vieux diplôme de l'école de pêche, il n'y a pas d'alternative. Avant on était content parce qu'on gagnait bien sa vie, mais aujourd'hui on ne gagne pas plus que les autres, alors qu'on travaille deux fois plus dur et qu'on doit prêter le double d'heures ! »

Lorsque l'on remonte les chaluts pour la deuxième fois, toujours avec de maigres prises, Maurice décide de chercher une autre zone poissonneuse. Il est déjà 23 heures. J'avale mes tartines avec quelques gorgées de coca : les pêcheurs assurent que c'est encore la meilleure façon de prévenir le mal de mer. Tandis que l'on passe *full speed* d'Ostende est à Ostende ouest, une petite brise se lève

ENTRE LES MAILLES DU FILET



Tout ce qui n'est pas crevette
est rejeté à l'eau.



En route vers les meilleures zone de pêche.

qui fait tanguer le bateau. Je commence à me sentir mal. « Faut pas t'en faire, » me dit Gino, « va t'allonger en bas dans une cabine. » Ce n'est hélas pas envisageable : à peine suis-je descendue que les choses empirent. La fumée des cigarettes est insoutenable et l'odeur de mazout provenant de la salle des machines me soulève le cœur. Je dois rester dehors. « Encore autant d'heures », me mets-je à compter, un peu effrayée et ne sachant trop comment mon état va évoluer. Je repense à ce que racontent les marins après leur première sortie en mer : même malades comme tout, ils doivent continuer à travailler. « Quel manque de compassion... » Je me dirige vers la poupe du navire, où des filets sont empilés. Je

m'y installe, roulée en boule, et parviens à trouver un peu de confort. Je tends l'oreille pour écouter le ronronnement du moteur et me mets à somnoler...

Bientôt le vent retombe. Le vent, que dis-je ? C'était à peine une brise légère. Les hommes ont l'habitude de 5 à 6 beauforts. Seule une tempête les maintient à quai. Passer une nuit en mer est moins drôle que je ne pensais et je constate que les pêcheurs, à présent que le jour pointe, sont eux aussi épuisés. Mais ils trouvent encore la force de rigoler. « Est-ce qu'il ne sent pas bon, cet oursin tout pourri ? », demande Jean-Pierre en me mettant la chose sous le nez. Et de m'indiquer toutes sortes de poissons. « Ici,

c'est du chinchard et ça un bébé plie – ses points sont encore orangées, tu vois ? Ce petit poisson blanc et rouge est un lampris royal et voilà un bernard-l'hermite qui doit changer de coquillage à mesure qu'il grandit... » Nous n'avons pas énormément de crevettes. L'armateur a l'air maussade en voyant notre butin. « Voilà ce qu'on prend quand on a une femme à bord », persifle le skipper. Un peu plus tard, tandis que nous sirotions un café à la Kantine, avec Sjaaki et Nicky, Willy Verluys, l'armateur, lance : « *Ge zit een malfiet!* Tu portes la poisse. » Si les hommes ne ramènent pas une pêche énorme, je rentre tout de même avec un kilo de crevettes grises de la mer du Nord ! ■



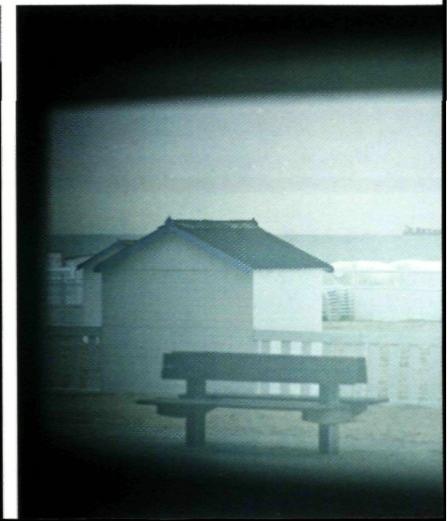
SECRETS DE CUISINE DE... SEL GRIS

PAR PIETER VAN DOVEREN & PHOTOS KRIS VLEGELS

Frederik Deceuninck

**« Les crevettes sont le trésor
de la côte belge. »**

SECRETS DE CUISINE DE... SEL GRIS



SECRETS DE CUISINE DE... SEL GRIS



Sel Gris est devenu une adresse incontournable à la côte belge.

Le restaurant Sel Gris se situe à l'extrémité de la digue de Duinbergen, à deux pas des dernières dunes, et la salle à manger offre une vue imprenable sur la plage et la mer. Le propriétaire et chef cuisinier, Frederik Deceuninck, fut chef de partie dans le restaurant étoilé De Karmeliet pendant deux ans et sous-chef du restaurant côtier Jardin Tropical pendant trois ans. Son travail acharné et son talent ont fait de lui l'un des plus grands chefs de la région côtière.

Frederik Deceuninck : « Je suis né à Bruges. A l'époque où je travaillais le week-end au Jardin Tropical, je me suis mis à rêver à mon propre restaurant sur la côte. Aujourd'hui, me voici donc indépendant depuis sept ans. Je n'ai jamais regretté de m'être établi à Duinbergen. Le poisson occupe une place de premier plan dans ma cuisine et je me trouve ici à la source.

J'ai grandi avec les crevettes, car un de mes

oncles en pêchait. Il les draguait lui-même à l'aide d'un chalut. Nous avions donc toujours des crevettes fraîches à la maison et ma maman les décortiquait. Dès mes six ans, j'ai commencé à l'aider avec enthousiasme. Dans mon métier de chef, j'ai beaucoup de respect pour les crevettes. Au restaurant De Karmeliet de Geert Van Hecke, j'ai préparé de nombreux plats à base de crevettes fraîchement épépinées. C'est un produit fantastique au goût prononcé et raffiné. Vous en trouvez uniquement à la mer du Nord, pas en Espagne ni en Italie. Les crevettes sont le trésor de la côte belge et nous pouvons en être fiers. J'utilise les têtes et les carapaces pour préparer un bouillon qui sert ensuite de base à mes soupes ou à mes sauces. Il m'arrive aussi de moudre les carapaces séchées en poudre pour préparer des chips de crevettes (krupuks). Vous pouvez, à l'instar de Ron Blauw, frire les crevettes entières et les servir dans un cornet ou les proposer encore

vivantes, comme le fait René Redzepi du Noma. Personnellement, je ne suis pas friand de crevettes vivantes. Les crevettes dévoilent toute leur saveur lorsqu'elles sont décortiquées à la main, fraîchement cuites et servies froides ou tièdes. Si vous réchauffez des crevettes grises, elles perdent énormément de leur valeur : elles sont non seulement coriaces et sèches, mais leur goût est aussi bien moins délicat. Les crevettes décortiquées à la main se marient parfaitement avec les saveurs terriennes des pommes de terre, des topinambours et du céleri-rave ou, plus classiquement, avec des tomates, des asperges et des œufs. Les crevettes sont également délicieuses avec du guacamole. »

Restaurant Sel Gris : Zeedijk 314, 8301 Duinbergen (Knokke-Heist), 050 51 49 37, www.restaurantselgris.be. Fermé le mercredi et le jeudi.

Classique Croquettes de crevettes

Pour 4 : 120 g de crevettes décortiquées à la main, 300 g de bouillon de crevettes, 50 g de beurre, 60 g de farine, 10 g de parmesan, 4 g de gélatine, farine, blanc d'œuf, chapelure, citron, persil, huile, poivre de Cayenne, sel

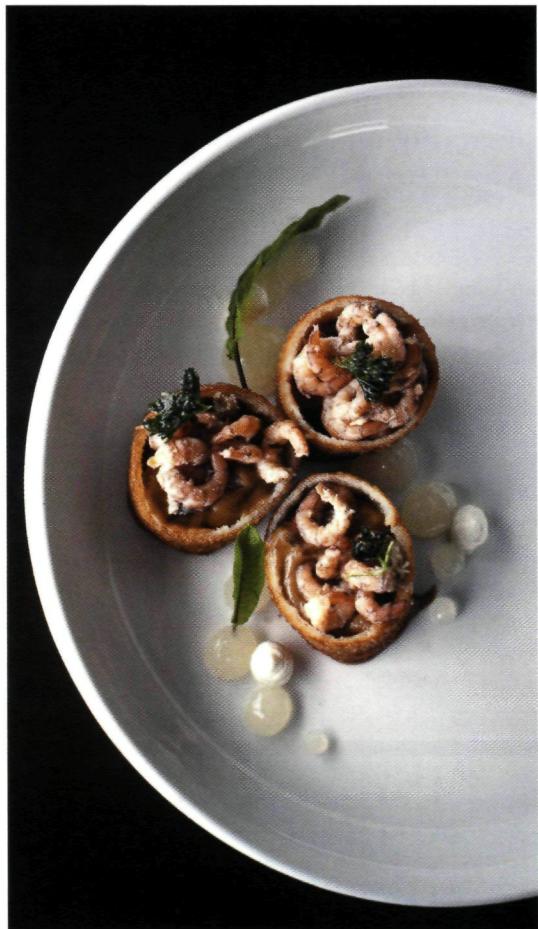
Faites fondre le beurre, ajoutez-y la farine et laissez sécher le mélange pendant 12 minutes dans un four à 180 °C. Versez le bouillon de crevettes chaud et portez à ébullition. Assaisonnez avec un peu de sel et de poivre de Cayenne, ajoutez le parmesan et, pour terminer, les crevettes décortiquées et la gélatine préalablement trempée dans l'eau. • Transvasez le tout dans une boîte légèrement huilée et laissez refroidir. • Formez ensuite des petites portions et roulez-les dans la farine, le blanc d'œuf et la chapelure. Passez-les à la friteuse et servez-les avec du citron et du persil frit.



CROQUETTES DE CREVETTES VERSION SEL GRIS

Pour 4 : 400 g de blanc de bœuf, 400 g de bouillon de crevettes, 250 g de crevettes décortiquées à la main, 100 g de jus de citron, un peu de jus de citron supplémentaire pour rehausser le goût, 1 g d'agar-agar, 1 g de gélatine, farine, chapelure fine panko, blanc d'œuf, roux blanc, cognac, persil plat, crème fraîche, poivre, sel

Faites bouillir le jus de citron avec l'agar-agar et ajoutez la gélatine préalablement trempée dans l'eau. Laissez ensuite le mélange prendre au réfrigérateur. • Faites frire le persil plat. • Battez la crème fraîche et transvasez-la dans une poche à douille. • Formez 4 rouleaux identiques avec le blanc de bœuf et laissez-les durcir au réfrigérateur. Passez-les dans la farine, le blanc d'œuf et la fine chapelure panko. Faites-les frire jusqu'à ce qu'ils soient bien dorés et coupez les extrémités afin de laisser s'écouler l'excédent de blanc de bœuf. Passez-les à nouveau à la friteuse jusqu'à ce qu'ils soient parfaitement croquants et coupez-les en trois. • Faites bouillir le bouillon de crevettes et liez-le avec le roux. Laissez mijoter, assaisonnez avec un peu de jus de citron, du cognac, du poivre et du sel et terminez par ajouter 200 g de crevettes. • Dressez vos assiettes avec des petits blocs de gelée de citron et des pointes de crème fraîche. Remplissez les anneaux croquants du mélange aux crevettes et garnissez avec du persil plat et des crevettes décortiquées.



Classique Cocktail de crevettes

Pour 4 : 300 g de crevettes décortiquées à la main, 4 pièces de sucrine, 4 œufs de caille, ½ concombre, 8 tomates cerises, 100 g de mayonnaise-minute, 25 g de ketchup, 1 citron, whisky, tabasco, huile d'olive, vinaigre, poivre, sel

Faites cuire les œufs de caille pendant 1 minute dans l'eau bouillante et écaillez-les. • Coupez le concombre et faites-le mariner dans un peu d'huile d'olive, du vinaigre, du poivre et du sel. • Pelez les tomates cerises et coupez-les en deux. • Mélangez la mayonnaise avec le ketchup, du whisky, du tabasco, du poivre et du sel. • Disposez les feuilles de sucrine lavées dans un verre, ajoutez des crevettes et versez un peu de sauce cocktail. Garnissez de concombre mariné, de quartiers de citron, de demi-tomates et de 2 demi-œufs de caille.



COCKTAIL DE CREVETTES, GUACAMOLE, CONCOMBRE AIGRE-DOUX, ESPUMA DE CONCOMBRE ET CHIPS TORTILLAS VERSION SEL GRIS

Pour 4 : 300 g de crevettes décortiquées à la main

Guacamole : 2 avocats, 1 tomate, ½ échalote, ¼ de bouquet de coriandre, jus de citron, poivre de Cayenne, sel

Chips tortillas : 250 g de farine de maïs, 20 g de sel, 5 g de paprika en poudre, 200 g d'eau chaude

Concombre aigre-doux et espuma de concombre : 500 g de concombre, 200 g de crème, 3 feuilles de gélatine, vinaigre doux, sucre, poivre, sel



Guacamole : Coupez les avocats en deux, enlevez le noyau et prélevez la chair à l'aide d'une cuillère. Ecrasez-la finement à la fourchette. • Emondez la tomate (plongez-la dans de l'eau bouillante, refroidissez-la et ôtez la peau) et coupez-la en dés. • Hachez l'échalote et la coriandre. • Ajoutez le tout à la chair d'avocat et mélangez bien. Rectifiez l'assaisonnement avec du jus de citron, du sel et du poivre de Cayenne.

Chips tortillas : Mélangez la farine de maïs avec le sel et le paprika et versez l'eau chaude par-dessus. Pétrissez bien pour en faire une boule de pâte homogène et laissez reposer. • Etalez la pâte au rouleau le plus finement possible et découpez-y des triangles. Faites frire les triangles de pâte et posez-les sur une serviette. Salez-les.

Concombre aigre-doux : Epluchez le concombre et faites de fines tranches à la mandoline. Enroulez une dizaine de tranches. Détaillez le reste en brunoise et préparez une marinade aigre-douce avec du vinaigre doux et du sucre selon vos goûts.

Espuma de concombre : Mixez les restes et les épeluchures de concombre et passez ensuite le mélange au tamis à l'aide d'une cuillère en bois. • Faites chauffer la crème et délayez-y la gélatine préalablement trempée dans l'eau. • Mélangez la crème à la purée de concombre, salez et poivrez. Laissez refroidir. • Transvasez le mélange dans un siphon à crème chantilly. Mettez le siphon sous pression avec deux cartouches de gaz et agitez bien avant utilisation.

Dressage : Composez votre cocktail de crevettes comme sur la photo.

Classique Bisque de crevettes

Pour 4 : 500 g de têtes de crevettes, 20 g de purée de tomates, 100 g de vin blanc, 1 l de bouillon de poisson, 50 g de cognac, 200 g de crème, 50 g de beurre, 200 g de crevettes décortiquées à la main, 1 échalote, 1 carotte, 2 tomates, thym, paprika en poudre, zeste de citron, poivre, sel

Faites revenir les têtes de crevettes dans du beurre et ajoutez-y l'échalote hachée, le thym, la purée de tomates, la carotte, le zeste de citron et le paprika. Déglaçez au vin blanc et au bouillon de poisson. Portez le tout à ébullition, écumez et laissez infuser pendant 20 à 30 minutes. Faites réduire de 1/3 et ajoutez la crème. Salez, poivrez et versez le cognac au dernier moment. • Servez avec des crevettes décortiquées et des dés de tomates.



BISQUE DE CREVETTES VERSION SEL GRIS

CAPPUCCINO DE CREVETTES, WONTONS DE CREVETTES ET SALADE D'ALGUES AIGRE-DOUCE

Pour 4 :

Cappuccino de crevettes : 500 g de têtes de crevettes, 100 g de vin blanc, 300 g de bouillon de poisson, 300 g de bouillon de poulet, 100 g de tomates pelées en conserve, 1 échalote, 1 tomate, 10 g de gingembre frais, 75 g de poireau, 1 carotte, 1 gousse d'ail, 1 tige de citronnelle, 1 feuille de citron vert, huile d'olive, sirop de gingembre, jus de citron, poivre de Cayenne, sel

Wontons de crevettes : 75 g de crevettes décortiquées à la main, 50 g de tofu, 8 feuilles wonton de 10 x 10 cm, 1 œuf, un trait de crème, jus de citron, poivre, sel

Salade d'algues : 25 g d'algues séchées, 15 g de sauce chili douce, 5 g de sauce de poisson, ½ citron vert

Pour la décoration : 75 g de crevettes décortiquées à la main, coriandre

Cappuccino de crevettes : Faites revenir les têtes dans de l'huile d'olive avec l'échalote émincée, la tomate, le gingembre, le poireau, la carotte, l'ail, la citronnelle et la feuille de citron vert. Déglaçez au vin blanc, au bouillon de poisson et au bouillon de poulet et portez à ébullition. Ecumez et laissez infuser pendant 20 minutes. • Passez le mélange au tamis et faites-le réduire de moitié. • Ajoutez les tomates pelées et mixez. • Assaisonnez avec du sirop de gingembre, du jus de citron, du poivre de Cayenne et du sel.

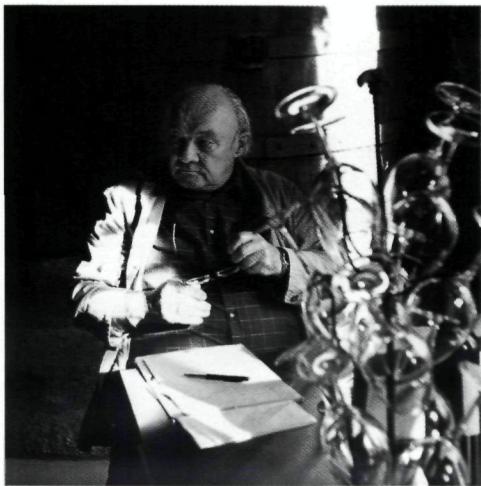
Wontons de crevettes : Emiettez les crevettes et ajoutez un peu de blanc d'œuf, la crème, le tofu, du poivre et du sel. • Façonnez les wontons avec les feuilles de pâte et la garniture. • Faites-les cuire 2 à 3 minutes dans de l'eau salée.

Salade d'algues : Macérez les algues séchées dans de l'eau froide et marinez-les avec la sauce chili douce, le citron vert et la sauce de poisson.

Dressage : Servez la soupe avec les wontons et la salade d'algues et garnissez de coriandre et de crevettes.

BON À SAVOIR

PAR HERWIG VAN HOVE



© Michel Vaerwijck

Vin et produits de la mer

Pour le mariage du vin avec les produits de la mer, il faut regarder du côté des vins blancs secs, fabriqués à partir de cépages très expressifs. Des vins ayant le goût du vin de leur cépage de manière prononcée, tels ceux de chenin, sauvignon, pinot blanc, vermentino, picpoul, muscat, riesling, melon et autres.

A leur sommet, ils sont vifs et ont du caractère. Ils se marient avec la cuisine moderne, légère comprenant huîtres, poisson vapeur, viande blanche préparée avec raffinement. Outre en France, on trouve dans des pays plus méditerranéens, comme l'Italie, davantage de vins de ce groupe, mieux en accord avec la cuisine légère locale : arneis, soave, cortese, frascati, orvieto.

Pour le mariage du vin avec les produits de la mer, il faut regarder du côté des vins blancs secs, fabriqués à partir de cépages très expressifs.

Vins blancs du Rhône

On associe spontanément la vallée du Rhône au vin rouge, en raison essentiellement de la réputation du châteauneuf-du-pape. Pourtant, on y fabrique depuis la nuit des temps beaucoup de blancs. Mais ces derniers n'ont atteint la qualité requise pour l'exportation qu'au cours des dernières années. C'est la raison pour laquelle les cépages blancs sont encore relativement peu connus.

Au nord de la vallée du Rhône, les blancs sont travaillés dans les règles de l'AOC, avec des cépages de roussanne et de marsanne. La roussanne est un cépage à maturité tardive, ce qui dans les régions chaudes n'est pas un réel inconvénient, mais son rendement est faible et incertain, ce qui la rend très impopulaire auprès des vignerons. On plante beaucoup plus de marsanne, un cépage robuste, résistant aux maladies et surtout à très haut rendement. Le vin de marsanne est plus léger, moins bouqueté et moins fin que celui de roussanne.

Le crozes-hermitage (1200 ha) – appellation du nord de la vallée du Rhône – est composé en grande partie de marsanne. C'est l'exemple parfait de l'appellation « gonflée ». Au début, elle se cantonnait à la commune de Crozes, mais en 1952, lorsque le secteur des fruits dans la vallée du Rhône fut frappé par la crise, on a élargi l'aire d'appellation à onze communes avoisinantes. Avec pour conséquence, des vins assez légers et même médiocres.

Au sud de la vallée du Rhône, les vins blancs, tout comme les rouges, sont constitués de plusieurs cépages, parce que le climat plus chaud et la maturation rapide qui s'en suit généreraient sinon des vins trop simples. Les côtes-du-rhône méridionaux sont composés de clairette, bourboulenc et grenache blanc. La clairette est un cépage que l'on trouve quasiment partout dans le sud de la France. Elle donne d'assez bons rendements mais est très sensible à la pourriture en raison de la finesse de sa peau. En outre, le vin qu'elle produit s'oxyde

très rapidement. Il est dès lors souvent utilisé dans la production de vermouth. Le bourboulenc n'est guère mieux. Assemblé à d'autres cépages, il peut apporter un peu de tonus au vin. Le grenache blanc est, quant à lui, un cépage vigoureux qui résiste bien au mistral. Il donne typiquement un « vin de base ».

Le **côtes-du-luberon** est un autre vin blanc méridional, qui n'a accédé à l'AOC qu'en 1988, à l'est d'Avignon. Les 36 communes qui peuvent revendiquer l'appellation sont situées dans le département du Vaucluse, ce qui fait qu'elle est simplement comptabilisée parmi les côtes-du-rhône. Les cépages et les vins sont d'ailleurs similaires à ceux du sud du Rhône. Le blanc (un cinquième de la production) jouit d'une certaine réputation et 85% sont produits par des coopératives. Le vin est composé de clairette et de grenache blanc avec un peu de ugni blanc. Ce dernier cépage n'est rien d'autre que le trebbiano que l'on rencontre en Italie, censé apporter un peu d'acidité naturelle et de fraîcheur.

Bourgogne

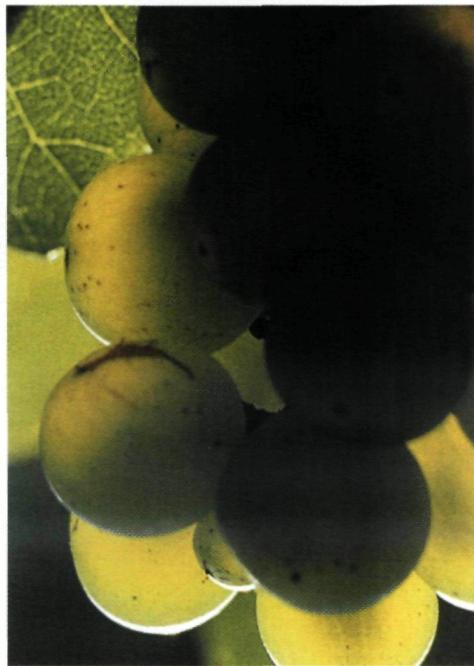
L'aligoté est un cépage blanc dont le vin est commercialisé sous l'appellation bourgogne aligoté. L'aligoté est décrit partout comme un cépage simple qui produit, dans le meilleur des cas, des petits vins légers, frais, à boire jeunes. On le considère comme une seconde option : plus régulier que le

chardonnay, certes, mais à l'acidité plus élevée, et se satisfaisant de parcelles moins bien situées et moins bien exposées.

On attend donc d'un aligoté sec une certaine consistance à table, une certaine structure avec une base fruitée, un bouquet expressif et aussi un peu de caractère, afin qu'il se marie « avec tout ce qui vient de la mer ».

Le **chardonnay** est peut-être le cépage le plus « versatile » (adaptable) au monde. On le retrouve presque partout : en Californie, au Chili, en Australie, en Italie, dans le Languedoc, et même en Espagne et naturellement dans sa région d'origine, la Bourgogne. La situation en Bourgogne fait office de modèle pour le reste du monde. Dans le nord de la Bourgogne – on pense au chablis – le vin de chardonnay est caractérisé par une vivacité et une grande fraîcheur et se marie dès lors très bien avec les préparations à base de poisson ou crustacés, comme les huîtres plates (peu salées) et les crudités japonaises. Au sud de la Bourgogne – on pense au pouilly-fuissé – le vin est plus l'expression de son terroir, avec par conséquent beaucoup de caractère, parfois un peu brutal. Cela permet d'assortir ce vin à des plats tels que du homard grillé – dégusté à l'aveugle, surtout lorsque les verres sont noirs, on le prend presque toujours pour un rouge robuste. Dans la région intermédiaire, où l'on parle facilement du « plus grand vin blanc sec du monde » – on pense au meursault ou au chassagne-montrachet – convergent vivacité et caractère, de manière grandiose. D'emblée le royaume des grands plats de poissons comme le turbot ou le cabillaud au four accompagné d'un filet d'huile d'olive ou d'une mousseline légère. C'est la glorieuse réputation de ce type de chardonnay qui a engendré nombre d'imitations dans le monde entier, de Gaja (Italie) à Beringer (Napa Valley).

Mais la versatilité du chardonnay lui permet d'accompagner plus que la première moitié du repas : il peut être servi dès l'apéritif jusqu'aux entrées à base de poisson et même jusqu'au plat principal à base de poisson. Et quelles qu'en soient les variantes :



différentes sortes de zakouskis, comme des crevettes fraîchement décortiquées ou du hareng fumé, différentes sortes d'entrées, du poisson froid aux maatjes, et différentes sortes de plats principaux, du turbot à la plie. Dans la région de Mâcon – une petite ville située au nord du vignoble du Beaujolais, au sud de la Bourgogne – le chardonnay perd un peu de sa fraîcheur mais gagne en caractère. Le danger est d'arriver à des vins un peu lourds, manquant de nuances. Le climat est, certes tempéré, mais également très changeant. Le mois de février est souvent extrêmement froid alors que le mois d'août est étouffant. Ce qui confère d'autant plus d'importance à l'orientation, la hauteur et le sol des vignobles. Le leader incontesté dans la région, Jean-Jacques Vincent de Château de Fuissé, fabrique des vins au caractère exceptionnel et captivant. Ce sont les seuls vins qui se marient parfaitement avec le homard grillé sans se laisser écraser.

Vins d'Alsace

Ces dernières années, les cépages de qualité, les variétés dites « nobles », se sont propagés : riesling, pinot gris, gewürztraminer, muscat et pinot noir. En 1918, elles constituaient

à peine 10% des plantations, maintenant 80%, et pour 60% de la production. Aujourd'hui, plus de 800.000 hectolitres de vin « noble » sont fabriqués. A leur côté, il faut encore compter 500.000 hectolitres de cépages « moindres » comme le sylvaner et le pinot blanc.

La production de vin et le bien-être social ont augmenté en parallèle : la décennie dernière, la production n'a jamais chuté sous le million d'hectolitres, alors qu'auparavant la barre du million était rarement atteinte. La hausse est due davantage à l'accroissement de la superficie des domaines (150 ha par an) qu'aux rendements déjà relativement impressionnantes d'en moyenne 100 hectolitres par hectare.

Differents vins alsaciens se marient bien aux produits de la mer.

L'edelzwicker est un cas à part. Ce n'est pas une variété de vigne mais un assemblage de cépages nobles qui, chacun séparément, se plient aux règles de l'AOC. Aujourd'hui encore, 2,4% de la production totale des domaines sont constitués d'un mélange pêle-mêle de différents cépages. On choisit souvent de préférence un nom de marque

et on évite l'appellation edelzwicker, qui est chargé à tort d'une connotation péjorative. La qualité de ce qui est servi dans le verre en tant qu'edelzwicker est fonction du savoir-faire du vigneron.

Le **sylvaner** est un cépage qui serait originaire de Transylvanie en Roumanie. On en tire de grands rendements, il résiste bien à l'humidité et produit beaucoup d'acidité rafraîchissante. Le vin a la réputation d'être très désaltérant. De grandes maisons de vin, telles que Hugel, le dédaignent.

Le **pinot blanc** est simplement un mélange de vrai pinot blanc et d'auxerrois. Les vins sont plus souples que frais et peuvent présenter une agréable matière. Le pinot blanc de Trimbach ainsi que celui de Faller sont des révélations dans leur catégorie.

Le **riesling** est le roi des cépages alsaciens. Il « transpire » le terroir plus que tout autre : légèrement minéral sur sol caillouteux et un peu plus lourd sur sol argileux. Le vin est élégant, au bouquet raffiné et très complexe en raison de sa maturation tardive. Le riesling est le vin blanc sec qui

vieillit le mieux. En Alsace, on fabrique selon la tradition française un vin pour la consommation à table. Le riesling est donc sec et assez alcoolisé (plus de 12 degrés). Le bois dur de ses pieds et la floraison tardive rendent le raisin apte aux domaines du nord, où une maturation lente peut apporter fraîcheur et arômes.

Bordeaux blancs

Petits bordeaux blancs. Contrairement au bourgogne blanc, qui est constitué d'une seule sorte de cépage (le chardonnay), le bordeaux blanc est en principe un vin multicépages. La chance de tomber sur un bon vin constitué d'un assemblage de cépages est plus grande qu'avec des vins d'un seul cépage, mais chez ces derniers la

chance d'atteindre l'excellence est toutefois supérieure. Un bourgogne blanc peut, si les meilleures conditions sont remplies (vigneron, vignoble et millésime) être d'une perfection inimaginable ; l'entre-deux-mers avec son trio de sémillon, sauvignon et muscadelle est, lorsqu'il est à son sommet, tout simplement bon, sans plus. Un bon soliste, chanteur ou musicien, l'emporte toujours sur le chœur, aussi bien dirigé soit-il. L'un est brillant ; l'autre très bon. L'éventuelle différence de qualité entre un porto vintage port et ruby, et entre un champagne vintage et brut sans année est du même ordre. Avec de petits bordeaux blancs, il ne faut donc pas s'attendre à flirter avec l'excellence.

De nombreux bordeaux blancs ordinaires

sont assemblés avec le duo sauvignon-sémillon, sans la note de muscade de la muscadelle, y compris le graves et le plus luxueux pessac-léognan.

Entre-deux-mers. La plantation moyenne s'élève à 60% sémillon, 20% sauvignon et 10% muscadelle, le reste étant constitué des vestiges quelque peu historiques d'ugni blanc et de colombard. Le sémillon est un cépage assez neutre qui peut toutefois développer une certaine complexité dans les régions tempérées et qui tire profit d'un passage en fût de chêne. Il entre aussi dans l'élaboration du sauternes, réputé pour sa grande douceur et des graves blancs secs élevés en fût. Le nez du sémillon est assez discret et c'est la raison pour laquelle il est assemblé avec le sauvignon et la muscadelle. Qui dit sauvignon, dit bouquet de fraîcheur pétillante, la muscadelle apporte quant à elle des arômes de muscade plus discrets.

Dans nos régions, l'entre-deux-mers souffre toutefois d'un problème d'image : il finit encore facilement dans la casserole de moules. Le Belge ignore trop souvent que l'entre-deux-mers moderne, en raison de sa large base de saveurs multicépages, convient particulièrement bien en accompagnement d'une cuisine moderne et élégante. L'éventail de préparations raffinées à base de poissons et crustacés, comme les coquilles Saint-Jacques, offre notamment de très larges possibilités d'accords.

Vins de Loire

En Belgique, deux vins sont d'emblée associés à la cuisine des moules : l'entre-deux-mers et le **muscadet**. La région nantaise, le plus à l'ouest du bassin de la Loire (30 km plus loin se trouve Saint-Nazaire sur la côte atlantique) est marquée par un paysage vallonné. Le climat est « océanique » : la proximité de la côte avec son gulf stream aplani les grands écarts de température, de sorte qu'un climat assez doux, uniforme règne toute l'année. On compte au total 14.500 hectares de vignobles, avec depuis 1994 quatre AOC différentes : un muscadet régional (800 ha) et trois subrégionaux, qui entendent se distinguer du premier : muscadet-sèvre-et-maine (10.500 ha), muscadet-coteaux-de-la-loire (600 ha) et muscadet-côtes-de-grandlieu (2600 ha). La Sèvre et la Maine sont deux rivières qui, à



« VINS DE MER » SUR LE MARCHÉ BELGE



Menetou-Salon 2012,
'La Chandelière', René Carroi,
Carrefour



Alsace Riesling Réserve 2012,
Vignerons de Pfaffenheim, Carrefour



Château La France,
Bordeaux 2012, Colruyt



Sauvignon Blanc 2012, Pays d'Oc,
Duc de Lerme, Colruyt



Alsace Riesling Réserve 2012,
Cave de Bennwihr, Colruyt



Bordeaux Blanc Sec 2012,
Florent Augustin, Carrefour



Touraine Sauvignon 2012,
Les Celliers des Terres de Loire,
Carrefour



Alsace Pinot Gris-Riesling 2011,
Pfaffenheim, Carrefour



Château Merlet, Bordeaux Blanc
Sec 2012, Cordier, Delhaize



Sauvignon de Touraine 2012,
Delhaize



Chablis 2011, Saint Louis Domaines
Brocard, Colruyt



Saint Anne,
Entre-Deux-Mers 2012, Colruyt



Sauvignon Blanc 'Villebois',
Touraine 2012, Delhaize



Chablis 2012, Cave Augustin Florent,
Carrefour



Château Le Grand Verdus 2012,
Bordeaux Blanc, Carrefour



Sauvignon de Touraine 2011,
'Comtesses du Val', Colruyt



Bourgogne Blanc Chardonnay 2011,
La Chance au Roy, Delhaize



'Les Clayes', Graves Sec 2012,
Delhaize



Alsace Riesling 2010, Bestheim,
Colruyt



Bourgogne Chardonnay 2012,
Cave Augustin Florent, Carrefour

hauteur de Nantes, confluent et se jettent dans la Loire, Grand-Lieu est un lac de 7500 hectares au sud-ouest de Nantes qui, à son tour, engendre un microclimat doux. La mise sur lie – l'embouteillage du vin sur ses lies pour plus de fraîcheur – est aujourd'hui sévèrement réglementée.

Le nom du cépage muscadet provient de l'assemblage du mot « musqué », qui signifiait anciennement « oxydé » et de « cadet », « le plus jeune ». Le muscadet s'oxyde en effet très facilement et la mise sur lie, maintenant que l'on boit le vin qu'elle sert à fabriquer, s'avère bénéfique : la lie est un puissant antioxydant et, qui plus est, aucun transfert d'oxygène sur les autres tonneaux n'est nécessaire. Le muscadet archi sec est « maritime » : il doit, selon les livres, montrer de la salinité et un fruit neutre, sans nom. Un quart de la production totale part à l'étranger. Et environ 2 millions de bouteilles franchissent chaque année la frontière vers la Belgique. Le muscadet doit être bu frais (8 à 9 °C), pas au-delà au risque de détériorer le nez et le délicat bouquet. Il se marie, toujours selon les livres, avec tous les produits de la mer : des huîtres au poisson frais.

Le **pouilly-fumé** et le **sancerre** sont deux appellations au moins aussi prestigieuses du bassin de la Loire. La Loire majestueuse constitue à sa manière la frontière septentrionale de la viticulture européenne. Et quelle frontière ! Plus de 1000 kilomètres de long, de la Bourgogne à Saint-Nazaire, où la Loire se jette dans l'océan Atlantique. Avec sur ses rives plus de 50.000 hectares de vignobles, dont proviennent en moyenne 3 millions d'hectolitres de vin. Ses vins ont le goût du « nord » : frais, incisifs, délicats. Les principaux domaines sont répartis autour de Nantes, Angers et Tours ; plus à l'est, en Haute-Loire, se trouvent les villes de Sancerre, Menetou-Salon et Pouilly et, vers Bourges les territoires de Quincy et Reuilly. Ici, le sauvignon est roi et l'amateur de la cuisine légère moderne se sent plus que chez lui.

Pour des **sauvignons blancs** légers, il faut donc être en Loire : la région autour de la ville de Tours et, plus vers l'est, les fameux Vignobles du Centre, avec Sancerre en porte-drapeau. Le vin de sauvignon a

un goût très spécial : un peu entre le chardonnay et le riesling, à la fois puissant et élégant. Les parallèles classiques en matière de bouquet proviennent de l'univers des légumes : asperges et même fenouil mais des arômes de pierre à fusil, de litchis et de cassis sont également souvent mentionnés. En général, son goût est tellement présent qu'il est facilement distinguable même lorsqu'il n'est présent qu'à 10% dans un assemblage. Les sols idéaux pour le vin de sauvignon frais, scintillant et élégant sont des sols riches en calcaire sur les collines entourant Sancerre, 2300 hectares répartis sur quatorze communes.

A Pouilly, le fleuve est dévié vers le nord-ouest par une énorme masse calcaire, ce qui confère aux rives une orientation sud-est idéale à la culture de la vigne (650 ha, produisant en moyenne 47.000 hl de vin). Ici, l'expression du sauvignon est suffisamment spécifique pour une appellation propre : pouilly-fumé. Le sous-sol y est un peu moins calcaire et un peu plus argileux que dans le Sancerre voisin et, en raison également de l'orientation ensoleillée, les vins ont plus de corps et plus de robustesse. Il s'agit en réalité de sancerre avec un peu plus de consistance, qui se marient souvent mieux à table que le sancerre extrêmement léger qui, lui, est préférable en apéritif.

Les vins pouilly-fumé sont une appellation depuis 1937. Ils doivent être constitués de 100% de sauvignon, avec un rendement qui n'excède pas les 55 hectolitres par hectare et au moins 11% du volume d'alcool (Sancerre 10,5). On pourrait débattre sans fin des différences ou de la typicité d'un sancerre et d'un pouilly-fumé, en réalité, les différences entre les vignerons et les millésimes importent davantage que les AOC. Sur les parcelles les mieux orientées et les plus riches en calcaire des deux appellations, le raisin sauvignon complète son bouquet avec des notes minérales de silex chauffé et de poudre brûlée. D'où provient le terme « fumé » de l'appellation.

Ici, en Haute-Loire, l'élément minéral est plus fin et plus noble qu'en Touraine, où la présence de tuf dans le sol confère parfois une « minéralité » un peu grossière et simpliste. Certains affirment que le terme « fumé » renverrait au voile gris fumé qui recouvre les raisins sauvignon à maturité, mais ce voile se

retrouve partout où le sauvignon pousse, les notes de pierre à fusil sont toutefois typiques du pouilly-fumé.

Avant 1970, Pouilly était un hameau endormi. Avec l'arrivée du baron Patrick de Ladoucette au Château du Nozet, beaucoup de choses ont changé. Monsieur le baron produit de loin le meilleur pouilly-fumé, Baron de L, mais commercialise également plus de la moitié de l'ensemble de l'appellation. Il a contribué à la notoriété mondiale des vins de Pouilly, ce qui a eu naturellement pour conséquence une flambée des prix.

Les autres appellations de la région sont aujourd'hui encore très bon marché mais deviennent sans cesse plus en vogue. Leurs prix devraient augmenter dans les années à venir : quincy, reuilly et surtout menetou-salon.

Hors les Vignobles du Centre, il faut également mentionner la région autour de la ville de Tours en Haute-Loire, avec l'appellation touraine (ca. 3000ha), où à peu près tout est possible, y compris des vins blancs de chardonnay, vacheron et sauvignon. Les raisins les plus plantés sont le gamay (150.000 hl) et le sauvignon (100 à 180.000 hl). L'appellation est toutefois réservée aux vignobles situés entre la Loire et son affluent l'Indre, qui se jette à Tours dans la Loire. Le sauvignon de Touraine est réparti sur l'ensemble de l'appellation et l'on peut donc s'attendre à un caractère propre et à une bonne qualité moyenne.

L'arôme bien marqué du sauvignon libère, outre une finesse, une certaine robustesse lorsqu'il est associé aux bouchées apéritives. Les maatjes, le saumon fumé ou l'anguille fumée, des huîtres creuses un peu salées, du vieux fromage de chèvre, des toasts au poulet curry : autant d'apéritifs impossibles à marier au champagne mais qui seront sublimés par la présence d'un sauvignon expressif.

Fraîcheur, caractère reconnaissable, idéal à l'apéritif : tout cela contribue au grand succès, mais également au prix plus que convenable, du sauvignon de Touraine notamment. ■

La côte vue par des Flamands connus

Certains y vivent depuis leur plus tendre enfance, d'autres s'y sont installés plus tard ou y passent de temps en temps. Ces Flamands célèbres ont un point commun : ils aiment « leur » station balnéaire. Un amour qui se reflète dans leurs habitudes alimentaires et culinaires. Douze hommes et femmes, dont un chocolatier, un designer, un blogueur, un Monsieur météo, un acteur et un comédien, vous dévoilent leurs adresses fétiches.



PIETER ASPE

« J'habite près du port de plaisance de Blankenberge. On me demande souvent comment j'ai débarqué là et, pire encore, pourquoi j'y reste. Ce à quoi je réponds : venez voir ce port de vos propres yeux et vous aurez votre réponse. La côte est indissociable des crevettes. Une purée de pommes de terre des polders arrosée de sauce hollandaise, un œuf poché et beaucoup de crevettes. Mais attention : des crevettes non décortiquées. La différence est énorme. Je commande toujours ce plat quand je mange au Fregat. Il y est exécuté de main de maître. C'est peut-être la meilleure adresse de la côte pour déguster ce plat. Quand j'ai envie de fruits de mer, je vais au Griffioen. Une ambiance décontractée et intime, dans un cadre baroque. On s'y régale et on y reste des heures. Le Bistro De Tijd, sur la Grote Markt, fait lui aussi partie de mes chouchous. Ce restaurant plein de charme propose une cuisine savoureuse et un excellent rapport qualité-prix. Il vient de rouvrir ses portes après un incendie survenu il y a quelques mois. Il a fallu repartir de zéro. Raison de plus pour y faire une halte. »

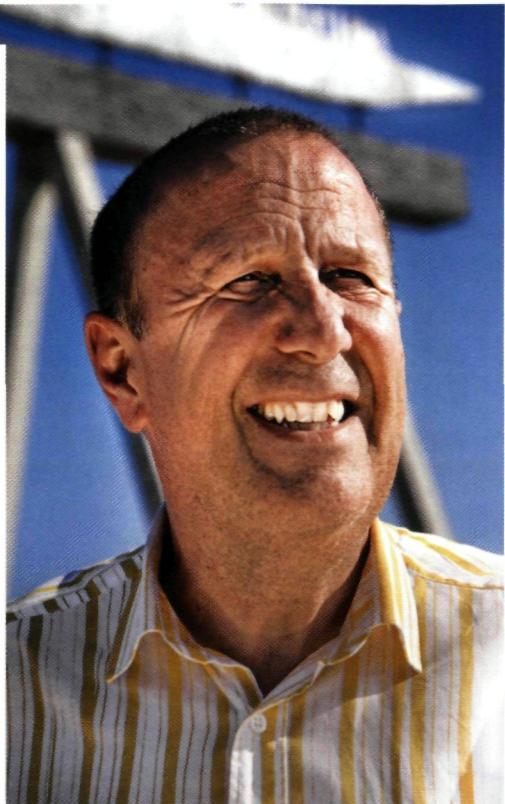
Fregat, Zeedijk 108, 8370 Blankenberge, 050 41 34 86, www.fregat.be
Griffioen, Kerkstraat 163, 8370 Blankenberge, 050 41 34 05,
www.griffioen.be

Bistro De Tijd, Grote Markt 9, 8370 Blankenberge, 0473 75 43 56,
www.bistro-detijd.be

KURT VAN EEGHEM

« Je proviens de Zeebruges, mais je suis tombé amoureux d'Ostende. C'est la seule véritable ville de la côte et le seul endroit qui bouge tout au long de l'année. Les autres stations balnéaires sont un peu trop monotones et trop vides à mon goût. J'ai envie de voir du monde hiver comme été. J'ai aussi besoin de calme : je cherche donc les plages isolées. Les dunes à gauche, la mer à droite, ou l'inverse. Je n'ai pas de plat préféré, même dans l'arrière-pays. Mais quand je suis à la mer, je mange du poisson. Une bonne sole ou un délicieux cabillaud, frais du jour et dont le goût n'est pas gâché par une surabondance de sauce. Si je ne suis pas à la mer et qu'un serveur me demande comment j'ai trouvé le poisson, je dois souvent répondre : 'Sous la sauce.' A la mer, de nombreux restaurants servent le poisson à la perfection. Au Stad Kortrijk, par exemple, chez Reneetje. Il mise sur la simplicité. On aime ou on n'aime pas. Personnellement, j'adore. Vous en voulez un peu plus, mais sans exagération ? Je vous conseille Channel 16 à Zeebruges. Vous dégusterez votre lunch ou votre dîner dans un ancien entrepôt de pêcheurs. Et si j'ai vraiment envie de me faire plaisir parce que je viens de gagner au Lotto, je mets le cap sur le Bartholomeus, à Heist. Au menu : une cuisine tout simplement divine, avec vue sur la mer. L'endroit mérite amplement ses deux étoiles. »

Stad Kortrijk, Langestraat 119, 8400 Ostende, 059 70 71 89
Channel 16, Werfkaai 16, 8380 Zeebruges, 050 60 16 16, www.ch16.be
Bartholomeus, Zeedijk Heist 267, 8301 Heist, 050 51 75 76,
www.restaurantbartholomeus.be



© Jan D'Hondt

MARTIN HEYLEN

« J'ai emménagé à Ostende il y a peu. En toute honnêteté, je préfère l'hiver. Ostende compte quelque 70.000 habitants. L'été, ils sont trois fois plus nombreux. L'hiver, les habitants profitent pleinement des installations et du confort mis en place pour les besoins d'une grande ville estivale. Qui plus est, Ostende est une ville qui bouge et ça me plaît. Je cherche le divertissement. J'aime aussi cuisiner. J'achète tous les livres de Pascale Naessens et je travaille essentiellement le poisson, les fruits de mer et les espèces de poisson méconnues. Du saumon cru mariné au carpaccio de Saint-Jacques, en passant par la vive et le lieu jaune. Au restaurant, je jette mon dévolu sur des plats que je ne me risque pas à confectionner moi-même et j'ai toujours envie d'un repas gastronomique gargantuesque. Malheureusement, mon portefeuille n'est pas toujours d'accord. Ostende regorge d'excellents restaurants qui servent des produits de première qualité. 't Landhuis est une bonne adresse qui ne figure pas dans les guides. Cet établissement aux airs de restaurant rétro des polders sert des plats d'excellente facture. Le chef se battrait pour ses produits et cela se ressent dans l'assiette. Je vous recommande aussi De Kruidenmolen, non loin du Coq. Pour moi, c'est le nec plus ultra. J'y célèbre chaque année mon anniversaire en famille et la fête est toujours réussie. Stijn Bauwens joue la carte des produits de qualité et des ingrédients locaux. Ne manquez pas non plus la Brasserie du Parc. J'ai longtemps gardé l'adresse pour moi, histoire de ne pas gâcher l'ambiance qui y règne. Mais elle vaut la peine d'être découverte. J'aime y prendre place le dimanche matin pour lire le journal en profitant du calme bienfaisant et du service raffiné. C'est le genre d'adresse qu'on ne voudrait jamais voir disparaître. »

't Landhuis, Hertstraat 5, 8400 Ostende, 059 50 54 67, www.tlandhuys.com
De Kruidenmolen, Dorpsstraat 1, 8420 Klemkerke, 059 23 51 78, www.kruidenmolen.be
Brasserie du Parc, Marie-Joséplein 3, 8400 Ostende, 059 51 13 05, www.brasserieduparc.be

LES MEILLEURES ADRESSES DU LITTORAL

PIV HUVLUV

« J'ai toujours vécu à Bredene, dans la maison de mes parents. J'ai même été fait citoyen d'honneur. Je ne suis donc pas près de déménager, même si les circonstances me poussent parfois à séjourner à Ostende pour un temps. Je suis très attaché à la côte. Hiver comme été, j'aime aller à la plage et dès que j'en ai l'occasion, je me baigne nu dans la mer. Ma commune fait le bonheur des naturistes comme moi. Comme presque tous les habitants de la côte, j'aime la sole et les crevettes. Il faut les acheter fraîches et les déguster directement. A bas le congélateur ! Si vous habitez à la côte, vous n'en avez d'ailleurs pas besoin. On a tous un pêcheur dans nos connaissances et on s'approvisionne directement sur son bateau. J'achète mes crevettes aux pêcheurs de crevettes. Ce sont eux qui vendent les meilleures. A Bredene, je vais souvent manger chez Lautrec, une adresse façon 'lounge' qui offre un service de qualité. A Ostende, je trouve mon bonheur (quand mon portefeuille le permet) chez Marina, un excellent restaurant italien dont tout le monde dit depuis longtemps qu'il mériterait une étoile. Il faut voir le patron battre son sabayon ! Le spectacle est assez amusant. J'apprécie aussi les petits restaurants, plus alternatifs, qui proposent une carte plus restreinte, mais non moins inspirée. Par exemple Belle de Jour, 't Grote Huys ou Plat'O. Sans oublier De Familie Jansen, qui sert toujours un café ou un thé parfait. »

Lautrec, Kapelstraat 41, 8450 Bredene, 059 43 44 47, www.lautrec.be

Ristorante Marina, Albert I-promenade 9, 8400 Ostende, 059 70 35 56, www.resto-marina.be

Belle de Jour, Aartshertoginnenstraat 5, 8400 Ostende, 059 41 24 72

't Grote Huys, Karel Janssenslaan 10, 8400 Ostende, 059 70 10 67, www.tgrootehuys.be

Plat'O, Christinastraat 81, 8400 Ostende, 0496 30 98 28, www.plat-o.be

De Familie Jansen, Mijnplein, 8400 Ostende, 059 36 02 60, www.defamiliejansen.be



ELISABETH OUNI

« Ostende a une place particulière dans mon cœur et restera toujours mon chouchou. J'adore les *pasta vongole* de l'Enoteca del Berebene, un petit établissement raffiné qui les prépare à la perfection. Quand je vais chez Belle de Jour, je commande généralement un plat du jour original. Si j'ai envie d'une tomate crevettes et de frites, je mets le cap sur le Stad Kortrijk, chez Reneetje. Pour des moules, rien de tel que le restaurant populaire Kombuis. J'achète aussi des sandwichs à la Charcuterie Mazure pour les déguster sur la plage. Pour l'instant, je ne jure que par le sandwich au filet de dinde, salade et sauce tartare. La Brasserie Albert, la nouvelle brasserie du Thermae Palace Hotel, trône en tête de ma liste d'adresses à tester. Le Copador propose quant à lui du café, des jus et des apéritifs. Histoires d'O sert le meilleur cappuccino d'Ostende. Sur la digue, ce qui ne gâche rien. Quant à la Brasserie du Parc, il s'agit d'un classique Art déco où il faut aller au moins une fois dans sa vie. »

Enoteca del Berebene, Madridstraat 6, 8400 Ostende, 059 80 19 84,
www.espacedivin.com

Belle de Jour, Aartshertoginnestraat 5, 8400 Ostende, 059 41 24 72

Stad Kortrijk, Langestraat 119, 8400 Ostende, 059 70 71 89

Kombuis, Van Iseghemlaan 24, 8400 Ostende, 059 80 16 49

Charcuterie Mazure, Kapellestraat 4, 8400 Ostende, 059 70 33 69

Brasserie Albert, Koningin Astridlaan 7, 8400 Ostende, 059 80 66 44,
www.thermaepalace.be

Copador, Langestraat 10, 8400 Ostende, 0476 87 64 74

Histoires d'O, Zeedijk 53, 8400 Ostende, 0474 83 56 57, www.histoiresdo.be

Brasserie du Parc, Marie-Joséplein 3, Ostende, 059 51 13 05,
www.brassierieduparc.be





© Belga Image

DOMINIQUE PERSOONE

« J'ai d'excellents souvenirs à Middelkerke. Mon père était directeur du casino. J'y ai donc flâné pendant des heures. Par la suite, je suis pas mal sorti à Ostende. Aujourd'hui, j'adore Nieuport, je vais prendre un bon bol d'air à Knokke (pas parce que je me la joue chic, mais parce que c'est tout près) et j'aime m'étendre sur la plage de Zeebruges. Elle est déserte par les touristes et il n'y a rien à y faire à l'exception du club de surf. Qui plus est, on n'y rencontre que des gens connus. Côté gastronomie au littoral, Cuines, 33 est incontournable. Détente et plaisirs du palais garantis ! A Nieuport, j'achète du poisson chez Gaetane, à la criée, puis je mets le cap sur le Café de Paris : une adresse qui vaut le déplacement et que j'apprécie énormément. Quand je suis à Ostende, je me rends à l'Ostend Queen. Ils ont connu des débuts difficiles, mais on y mange très bien. Je suis fan de leur purée au lait battu et aux crevettes fraîches. A Blankenberge, c'est l'Oesterput qui règne en maître. Au menu : fruits de mer, moules et homard. Le tout arrosé d'une bonne bouteille. Pas besoin de plus. »

*Cuines, 33, Smedenstraat 33, 8300 Knokke, 050 60 60 69, www.cuines33.be
Gaetane, Kaai 35, 8620 Nieuport, 058 23 70 68
Café de Paris, Kaai 16, 8620 Nieuport, 058 24 04 80, www.cafedeparis.be
Ostend Queen, Westhelling 12, 8400 Ostende, 059 44 56 10,
www.ostendqueen.be
Oesterput, Wendluisse Steenweg 16, 8370 Blankenberge, 050 41 10 35,
www.oesterput.com*

KURT DEFRENCQ

« J'adore bien évidemment Zeebruges. Je suis né et j'ai grandi à Bruges. A l'époque, Zeebruges était notre destination fétiche quand nous partions à vélo. Il nous arrivait d'abandonner à mi-chemin et de faire du stop. Aujourd'hui, j'ai quitté Bruges, mais mon amour de Zeebruges est resté. A la côte, je ne recherche pas le tourisme, la distraction ou le divertissement. Je n'ai pas besoin d'animation. J'aime tuer le temps autrement. Beaucoup de gens n'apprécient pas vraiment le port de Zeebruges. Moi si : j'aime le bel équilibre qui existe entre le calme de cette immense plage et l'animation fiévreuse du port à l'horizon. Un équilibre parfait. Je suis friand des endroits où on peut recueillir des témoignages passionnants, des petits bistrots qui battent encore au rythme des pêcheurs et où l'on rencontre des personnalités étonnantes. L'aspect culinaire n'est pas le seul qui m'importe. Ce qui ne m'empêche pas de faire bonne chère au Café 't Werftje, l'un de mes préférés. J'ai découvert le Kombuis lors de répétitions à Ostende. Il fait aujourd'hui office d'incontournable dans les cercles artistiques, car il sert tout simplement les meilleures moules-frites qui soient. Le cadre n'est pas particulièrement attrayant, mais la cuisine est divine. C'est l'essentiel. »

*Café 't Werftje, Werfkaai 29, 8380 Zeebruges, 0497 55 30 10,
www.cafetwerftje.weebly.com
Kombuis, Van Iseghemlaan 24, 8400 Ostende, 059 80 16 49*



© Belga Image

CHRIS MESTDAGH

« Bien que Zeebruges soit plus proche, je préfère aller me balader à Nieuport. Il fait bon y flâner au bord du chenal ! Histoire d'aller se sustenter chez Flavie's Tafel, une adresse de choix qui distille une cuisine sans prétention, mais on ne peut plus fraîche et originale. Le tout dans un cadre empreint de charme. Vous aurez l'impression de rendre visite à des amis. En entrée, je choisis généralement les croquettes de crevettes. Un délice ! Il est tout simplement inconcevable d'aller à la mer sans manger de croquettes de crevettes. Ce serait comme aller à la côte sans aller voir la mer. Avant de rentrer chez moi, je m'arrête toujours chez Dierendonck pour y acheter de la viande de premier choix. Sans oublier Wildkop, qui est devenu en peu de temps un arrêt obligatoire. Vous y trouverez une foule d'épices exceptionnelles. Si vous avez un peu de temps devant vous et que vous cherchez un gîte pour la nuit, je vous recommande Suite 17. Sean, le sympathique maître des lieux, vous servira de la pâte à tartiner et des confitures maison au petit déjeuner. Rien de tel pour bien commencer une journée à la mer ! »

Flavie's Tafel, Langestraat 115, 8620 Nieuport, 058 23 73 86,

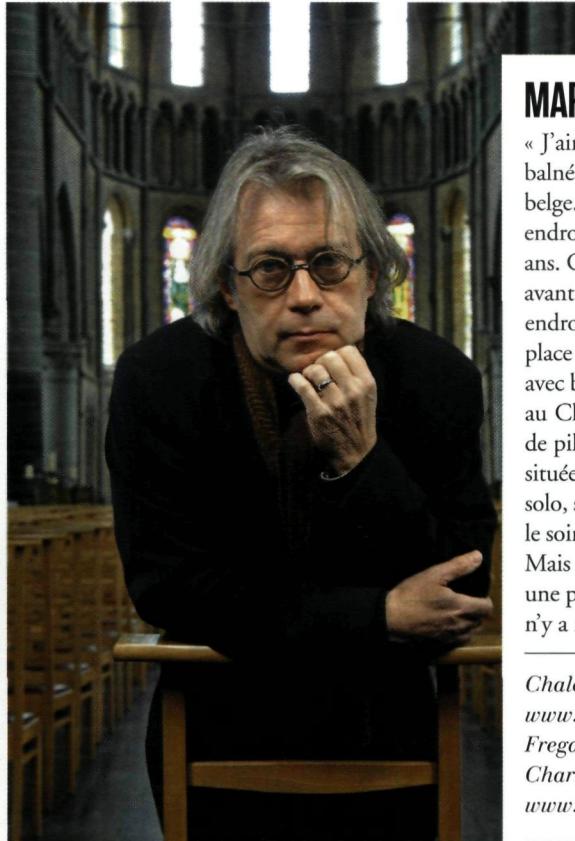
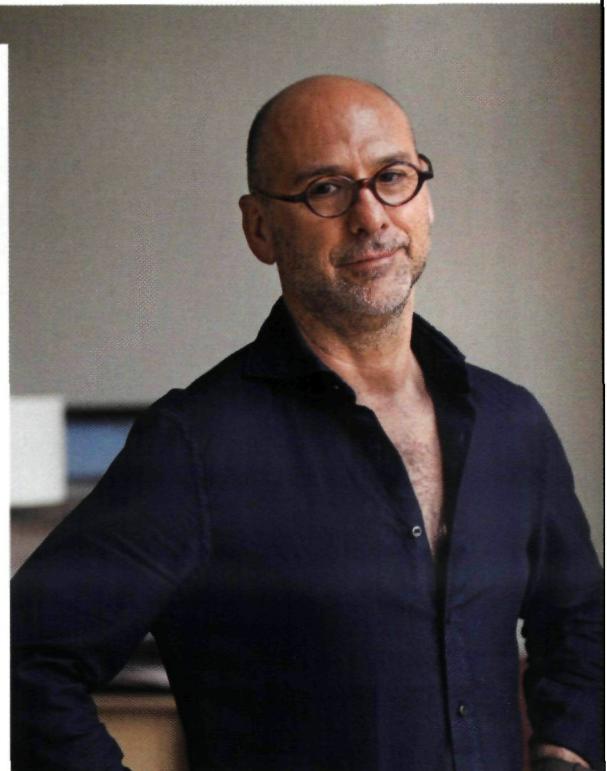
www.flaviestafel.be

Atelier Dierendonck, Albert I-laan 106, 8620 Nieuport, 058 24 20 12,

www.dierendonck.be

Wildkop, Albert I-laan 247, 8620 Nieuport, 058 24 32 20, www.wildkop.be

Suite 17, Ieperstraat 17, 8620 Nieuport, 0479 47 47 22, www.suite17.be



MAREC

« J'aime séjourner à Ostende et à Zeebruges, mais si je devais choisir ma station balnéaire de prédilection, ce serait Le Coq. C'est le plus bel endroit de notre côte belge. Ici, pas de buildings. Un peu plus vallonnée, la ville recèle de charmants endroits. J'ai eu un atelier à Nieuwmunster, l'arrière-pays du Coq, pendant trois ans. C'est là que je suis tombé amoureux du Coq. J'allais souvent errer sur la plage avant de m'installer sur la terrasse de la « cabane », le Chalet Westhinder. C'est un endroit unique, somptueux et inaltéré entre Le Coq et Wenduine. On y prend place sur la plage pour admirer la vue à couper le souffle. Je me suis déjà retrouvé avec beaucoup de plaisir au Fregat avec Pieter Aspe. J'ai aussi d'excellents souvenirs au Charles Lindbergh à Ostende, juste à côté du port. Mon fils a fait des études de pilote et à chaque fois qu'il volait, je l'observais depuis leur terrasse idéalement située. Avec parfois un petit pincement au cœur, comme lors de son premier vol en solo, sans instructeur. Je ne vais pas souvent au restaurant. Je travaille régulièrement le soir pour le journal et la plupart des cuisines sont déjà fermées quand je termine. Mais ce n'est pas grave, j'adore avant tout silloner la criée d'Ostende et y acheter une portion de bulots, que je déguste sur place. Manger des bulots sur le pouce : il n'y a rien de meilleur ! »

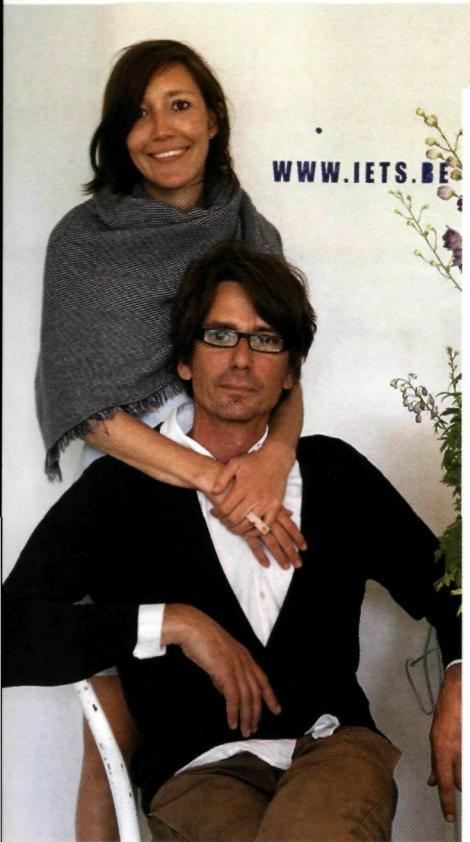
Chalet Westhinder, Westdijk, entre Wenduine et Le Coq, 050 41 58 55,

www.westhinder.be

Fregat, Zeedijk 108, 8370 Blankenberge, 050 41 34 86, www.fregat.be

Charles Lindbergh, Nieuwpoortsteenweg 945, 8400 Ostende, 059 80 27 77,

www.charleslindbergh.be



DELPHINE BEKAERT & JAN HOET JUNIOR

« Cela fait dix ans que tous les étés, de début juillet à fin août, nous prenons nos quartiers à Knokke pour notre Nightshop. C'est un magasin éphémère que nous avons lancé avant même que le terme existe. Et bien qu'Ostende me semble peut-être plus appropriée vu son côté 'grande ville', nous avons appris à apprécier Knokke au fil du temps. Nous y avons rencontré des gens géniaux et il s'y passe toujours quelque chose. Tout le monde associe Knokke aux snobs, mais honnêtement, il n'en est rien. Nous ne tombons jamais que sur des gens très sympathiques. Dès que nous arrivons à Knokke, nous mangeons des croquettes de crevettes, notre classique préféré. Chez Olivier, par exemple, juste en face de la villa que nous occupons. Le cadre a beau être un peu vieillot, c'est là que vous trouverez les meilleures croquettes de crevettes. Autre valeur sûre : Put 19, à côté de l'église dominicaine. Une adresse charmante où déguster une simple soupe, un *uitsmijter* ou des croquettes de crevettes. Nous aimons aussi prendre le lunch un peu plus loin, au Coup Vert by Souvereyns. Le soir, c'est plus cher et il faut s'en tenir au menu, mais le midi, vous pouvez vous y installer confortablement en terrasse pour déguster des plats savoureux et originaux dans un cadre magnifique. Et après toutes ces années, on y rencontre toujours quelqu'un qu'on connaît. Nous allons manger des moules au Restaurant Ten Bos haut perché au moins une fois par été. Ce n'est pas l'adresse la plus branchée de Knokke, mais la cuisine y est toujours raffinée et gourmande. A tester en famille ! »

Olivier, Jozef Nellenslaan 159, 8300 Knokke, 050 60 55 70

Put 19, Sparrendreef 74, 8300 Knokke, 0475 34 09 70

Le Coup Vert by Souvereyns, Sparrendreef 92, 8300 Knokke, 050 62 70 14,
www.knokke.lecoupvert.com

Restaurant Ten Bos, Blinckaertlaan 10, 8300 Knokke, 050 39 42, www.restauranttenbos.be

DAVID DEHENAUW

« Je suis né et j'ai grandi à Blankenberge. J'y ai donc vécu toute ma vie et même si je travaille à Bruxelles, je ne quitterai jamais Blankenberge. Je suis très attaché à la mer. Mon père était pilote hauturier, mon frère est dans la marine et mes grands-parents tenaient une brasserie dans les dunes. A six ou sept ans, je pouvais accompagner mon grand-père, un octogénaire dynamique à l'époque, à la pêche aux crevettes. Il tirait son filet tandis que j'attendais sagement à la ligne de flottaison. Nous cuisions notre prise directement. J'ai toujours mangé du poisson 2 à 3 fois par semaine. Je suis donc tombé dedans quand j'étais petit. Crustacés, crabe de la mer du Nord, bouillabaisse de poisson de la mer du Nord, limande-sole, sole, lotte, lotte de mer, loup de mer, merlan, roussette, églefin, cabillaud... J'aime tous les poissons que recèle la mer du Nord. Même au restaurant, je commande souvent du poisson. J'ai mes adresses de prédilection. Le Triton, par exemple, qui fait partie de l'Hotel Helios branché. Ou le Victory, idéalement situé sur le port. Je conseille également l'Oesterput, un ancien élevage transformé en restaurant. A la grande époque du programme télévisé « Tien om te Zien » diffusé depuis Blankenberge, c'était l'adresse de prédilection de nombreux Flamands célèbres. Ils ont d'ailleurs continué de le fréquenter, même après la suppression du programme. Quand je vais à Ostende, je savoure les plats à base de poisson de la mer du Nord que sert le Savarin. Au Marquize, je jette invariablement mon dévolu sur le menu homard. »

Triton, Zeedijk 92, 8370 Blankenberge, 050 42 90 20, www.hotelhelios.be

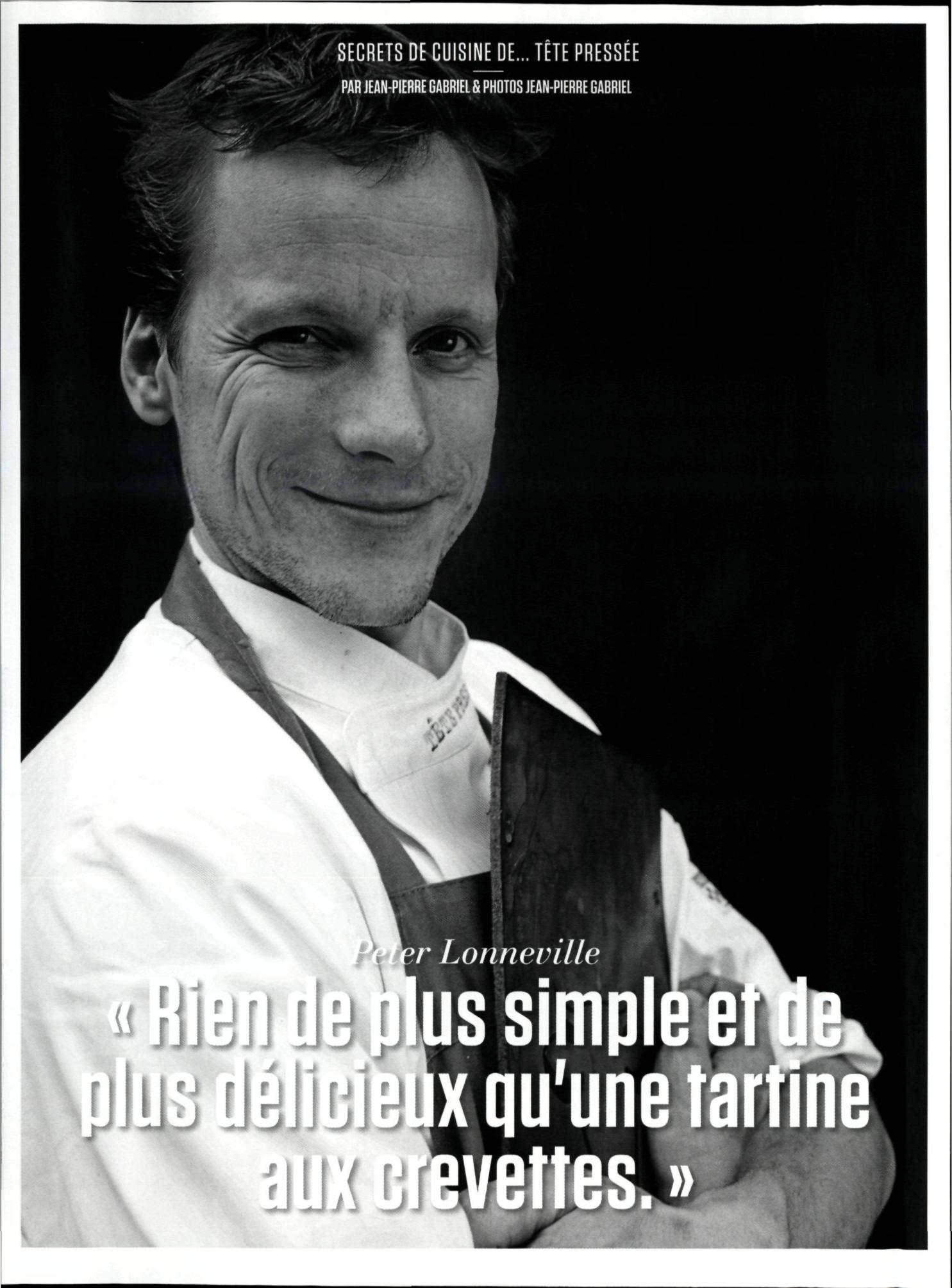
Victory, Franchommealaan 60, 8370 Blankenberge, 050 41 44 70, www.restorvictory.be

Oesterput, Wenduинse Steenweg 16, 8370 Blankenberge, 050 41 10 35, www.oesterput.com

Savarin, Albert I-promenade 75, 8400 Ostende, 059 51 31 71, www.savarin.be

Marquize, Henri Jasparlaan 175, 8434 Westende, 059 31 11 11, www.marquize.be





SECRETS DE CUISINE DE... TÊTE PRESSÉE

PAR JEAN-PIERRE GABRIEL & PHOTOS JEAN-PIERRE GABRIEL

Peter Lonneville

**« Rien de plus simple et de
plus délicieux qu'une tartine
aux crevettes. »**



Avec brio, Peter Lonneville (Tête Pressée) revisite la classique tartine de beurre aux crevettes. Avec lui, découvrons des pains peu courants et des sauces légères.

« J'ai appelé mon restaurant 'Tête Pressée' parce que dans cette recette on utilise tout, on ne jette rien. Que je travaille de l'agneau, du bœuf ou du porc, j'achète la bête entière et je trouve des recettes pour valoriser chaque morceau. »

Fils et frère de fermier, Peter Lonneville, 35 ans, a une vision très claire de la manière de faire son métier de restaurateur et de traiteur. Détailleur le comptoir de la boutique attenante au restaurant est d'ailleurs un exercice qui met à rude épreuve la gourmandise de tout un chacun. Mis à part quelques fromages, tout ici est cuisiné maison et soigneusement emballé, sous vide si nécessaire. Plus encore chacun des plats qu'on peut ici emporter est le produit d'un travail superbe des ingrédients et des saveurs. Lorsqu'on passe la porte vitrée pour entrer dans la salle du restaurant, on peut être étonné de constater que toutes les tables sont hautes et que les chaises sont de confortables tabourets de bar. Ici encore Peter sait ce qu'il veut : « J'aime que les gens soient au même niveau, à la même hauteur que le service. Lorsqu'on leur amène un plat, on ne doit

pas se baisser. Les clients ne doivent pas davantage lever la tête à se rompre le cou pour parler aux mêmes serveurs. »

Ce genre de ligne de conduite, Peter Lonneville l'a aussi pour sa cuisine. Le raffinement dans la présentation – qui est incontestable – va de pair avec une recherche de fraîcheur dans la construction du goût. Peter y parvient en dosant l'acidité de chaque plat, en incorporant avec délicatesse des éléments naturellement acides : le yaourt, le citron, l'oseille, le levain du pain... Cette acidité et cette fraîcheur contrastent bien avec la rondeur et le caractère charnu des crevettes fraîchement pelées.

Ses variantes ne se limitent pas à un accompagnement. Peter a en effet conçu quatre types de pains différents accompagnant élégamment les crevettes, même si l'un d'entre eux est une gaufre dans laquelle l'huile vierge de colza remplace le beurre. « Elle est produite dans le Pajottenland par la famille Saerens (www.hoftervrijlegem.be). En général, j'utilise l'huile de colza pour tous mes plats dans lesquels intervient du chou, explique-t-il. »

D'autres ingrédients particuliers interviennent dans la cuisine de Tête Pressée, comme le lactosérum qu'on obtient en égouttant un pot de yaourt. On obtient alors deux produits, un yaourt épais, très onctueux et rond en bouche et un liquide légèrement acide qui apporte de la fraîcheur et de la nervosité dans les préparations.

C'est cette très belle signature que nous vous proposons de retrouver dans les quatre tartines aux crevettes de Peter.

Tête Pressée, Koningin Astridlaan 100,
8200 Sint-Michiels Brugge, 0470 21 26 27,
www.tetepressee.be.

Tête Pressée est ouvert tous les midis sauf le dimanche et le lundi. Le soir ouvert seulement sur réservation pour groupes de 14 personnes et plus. Le magasin est ouvert de 9 h à 20 h, fermé le dimanche et le lundi. Vacances annuelles du 20 juillet au 11 août.

Les 4 et 5 juillet, Peter Lonneville mettra à l'honneur à l'occasion de 2 menus spéciaux Filip Vermeulen, son maraîcher bio qui cultive entre autres 100 sortes de tomates.



JAVANAIS DE PAIN AU LEVAIN, CREVETTES, CABILLAUD ET OSEILLE

Pour 10 : 500 g de pain au levain à mie serrée, 400 g de crevettes, 2 à 3 grosses tranches (1,5 cm) de céleri rave, fleurs comestibles de saison (cerfeuil, par exemple)

Mayonnaise de cabillaud : 400 g de flanc de cabillaud, 250 g de mayonnaise-minute, le zeste de 1 citron, sel, poivre

Crème d'oseille : 200 g de lait complet, 100 g d'oseille fraîche, 300 g d'huile d'olive vierge extra légère, 1 citron, 50 g de fromage frais entier (type Isigny)

A la trancheuse, détaillez le pain en très fines tranches, d'au maximum 1 mm. • Marquez bien les tranches de céleri au barbecue. Placez-les ensuite dans une papillote en aluminium et faites cuire au four à 110 °C pendant 30 minutes. Détaillez ensuite en petits ronds (2 cm maximum).

Mayonnaise de cabillaud : Faites cuire les flancs de cabillauds légèrement salés dans un plat couvert d'un film pour micro-ondes

au micro-ondes durant 2 minutes. Vérifiez l'état de la cuisson et faites cuire à nouveau 2 minutes. Conservez les chairs et le jus gélatineux qui s'en dégage. • Mélangez la mayonnaise avec le cabillaud émietté, le jus et le zeste de citron. Assaisonnez et passez le tout au moulin à viande et conservez au frais.

Crème d'oseille : Mixez les feuilles d'oseille avec le lait. Ajoutez l'huile et montez le tout

en mayonnaise avec un mixer (idéalement au Thermomix). Ajoutez ensuite le fromage et le jus du citron.

Dressage : Réalisez un millefeuille en alternant les fines tranches de pain et de mayonnaise de cabillaud. Nappez d'une couche de crème à l'oseille. Garnissez de crevettes, de rondelles de céleri froides et de fleurs.

GAUFRES DE CREVETTES, CRÈME BATTUE

Pour 40 gaufres : 1 kg de farine, 125 g de lait entier, 100 g d'eau, 5 œufs moyens, 110 g de miel liquide, 40 g de levure fraîche, 17 g de sel, 250 g d'huile vierge de colza, 150 g de colza pelé
Garniture pour 4 : 4 gaufres, 160 g de crevettes épluchées, 1 à 2 jeunes oignons, 8 à 12 petites tomates confites, 6 c. à s. de fromage frais entier (type Isigny), sel, poivre

Emiettez la levure dans le lait légèrement tiède. Mettez-les dans un bol avec la farine tamisée et mélangez au sel, l'eau, les œufs et le miel. Mélangez bien au robot équipé du crochet ou avec une spatule. Ajoutez l'huile de colza et le colza pelé. Homogénéisez bien. Laissez reposer 30 minutes à couvert. • Faites cuire au gaufrier par pâtons de 50 g.

Garniture : Emincez les jeunes oignons en biseaux. • Battez le fromage légèrement avec un peu de sel et du poivre. • Dressez les gaufres avec les oignons, les tomates confites, le fromage et les crevettes. On peut également servir la garniture sur des demi-gaufres en les coupant en deux dans le sens de l'épaisseur.



BRIOCHE À L'ESTRAGON, CREVETTES ET CHOU ROMANESCO

Pour 4 : 160 g de crevettes, 200 g de petites « fleurs » de chou romanesco, 8 jeunes radis avec feuilles

Brioche : 1 kg de farine, 17 g de sel fin, 125 g de lait entier, 100 g d'eau, 350 g de beurre, 40 g de levure fraîche délayée dans un peu d'eau, 200 g d'estragon frais, 50 g d'épinards frais, 5 œufs, 100 g de sucre semoule, le zeste de 2 citrons, 5 cl de vinaigre d'estragon

Crème de chou-fleur : 2 oignons, 3 gousses d'ail, 5 cl d'huile vierge de colza, le zeste de 1 citron, 1 chou-fleur moyen en petits bouquets, 200 g de lait, 200 g de bouillon de volaille, sel, poivre

Brioche : Mixez le lait, l'eau, l'estragon et les épinards. • Mixez les œufs, le sucre et la levure. • Dans le bol du robot équipé du crochet, pétrissez durant 5 minutes la farine et le sel avec le mélange à base d'estragon et le mélange à base d'œufs. • Montez au fouet le beurre mou et le vinaigre et incorporez-les avec les zestes de citron. Incorporez à la pâte et pétrissez 5 minutes de plus. • Séparez en 2 à 3 pâtons. Placez dans des moules huilés et farinés. Laissez monter durant 30 minutes à 1 heure. • Enfournez à 180-200 °C pendant 40 à 45 minutes. Evitez de trop hautes températures qui feraient perdre à la mie du pain sa belle coloration verte.

Crème de chou-fleur : Suez l'ail et l'oignon émincés dans l'huile durant 10 minutes. Ajoutez les autres ingrédients et assaisonnez. Portez à ébullition et faites cuire durant 5 minutes. • Mixez finement avec le jus de cuisson, si possible au Thermomix.

Dressage : Tartinez 1 à 2 c. à s. de crème de chou-fleur sur la brioche grillée. Fendez les radis en deux, avec les feuilles. Répartissez-les sur la brioche avec les autres ingrédients.



FOCACCIA AUX CREVETTES

Focaccia : 1 kg de farine de blé dur, 20 g de sel, 450 g de lactosérum de yaourt égoutté, 50 g de levure délayée dans un peu de lactosérum, 50 g d'huile d'olive vierge extra, 8 oignons moyens, 5 gousses d'ail, 8 belles branches de romarin

Crème de romarin : 200 g de lait entier, 4 belles branches de romarin émincées, 300 g d'huile d'olive vierge extra bien parfumée, 150 g de yaourt égoutté, 1 citron, poivre

Garniture pour 4 : 150 g de crevettes, 4 à 5 fèves des marais, 10 haricots mange-tout, 6 échalotes cuisses de poulet

Faites cuire les échalotes en chemise dans un four à 180 °C pendant environ 40 minutes, jusqu'à ce qu'elles soient fondantes. • Pelez-les et mixez-les finement à la moulinette. Réservez.

Focaccia : Faites suer sans colorer l'oignon et l'ail émincés dans l'huile durant 10 minutes. • Mélangez la farine et le sel. Placez dans un robot avec le mélange ci-dessus encore chaud. Ajoutez le lactosérum et la levure. Travaillez cette pâte au crochet jusqu'à ce qu'elle soit bien homogène (5 à 6 minutes à vitesse lente). •

Emincez finement le romarin au couteau et ajoutez-le en cours de pétrissage. • Laissez reposer la pâte 30 minutes à température ambiante. • Rabattez-la et placez-la dans un moule plat huilé en une épaisseur de +/- 1 cm. • Laissez gonfler durant 30 minutes et enfournez pour 30 minutes à 200 °C. Il est conseillé de pulvériser un peu d'eau dans le four chaud, pour créer un peu de vapeur.

Crème de romarin : Mixez le lait avec le romarin. Assaisonnez avec du poivre et montez progressivement au mixer avec

l'huile d'olive. Incorporez au mixer le yaourt égoutté et le jus de citron.

Garniture : Pelez les fèves des marais. Faites blanchir les fèves durant 1 minute à l'eau bouillante salée. • Emincez finement les mange-tout et les faites-les blanchir 20 secondes. • Toastez la focaccia au barbecue, fendez-la en deux dans l'épaisseur et dressez avec les crevettes et les autres ingrédients. Servez sous la forme de sandwich.

ENTRE LES MAILLES DU FILET



La célèbre criée d'Ostende.

Inspection à la criée

Il n'est pas encore cinq heures du matin, mais la minque d'Ostende bruisse déjà d'activité. Des hommes en vareuse blanche et bottes assorties actionnent les tapis roulants sur lesquels on trie le poisson, tandis que vibre, non loin de là, un immense tamis à crevettes.

Luc Bogaert, l'armateur du O.62 Dini, observe d'un air satisfait le produit de la nuit. Il veille en bon père de famille sur les bacs remplis de crevettes et les verse à la main dans l'entonnoir de la machine de tamisage. Les petits crustacés tressaillent sur la claire-voie. « Les crevettes d'un diamètre de moins de 6,8 mm ne sont pas retenues », explique-t-il. « Mais il n'y en a pas des masses, car nous avons déjà à bord un tamis qui répond aux normes de l'UE. » En effet, après le passage des trente bacs de 20 kilos, on ne compte que treize kilos de « déchets ». Nous ne pouvons pas les vendre, et c'est tant mieux », assure Luc. « Comme cela on ne pêche pas les exemplaires les plus petits, qui ne rapportent de toute façon rien. On doit prendre les gros calibres et laisser tranquilles les petites crevettes. Un bon pêcheur ne jette pas ses filets dans une zone où abondent les petites crevettes. Il attend quelques semaines et n'y retourne que lorsqu'il estime que les crustacés ont suffisamment grandi.

Ce qui ne traîne pas. Dans des conditions idéales, les crevettes croissent d'un demi-millimètre par jour ! » Lorenzo Desmit, du O.152 Aran, s'approche de nous, car c'est le tour des crevettes de son bateau. Tandis que Lorenzo examine les prises de Luc, celui-ci jauge celles de Lorenzo. N'y a-t-il jamais de jalousie entre eux ? Les deux hommes rient, ils se connaissent depuis belle lurette et sont amis. « Il y a de la concurrence, une saine concurrence, ça oui », admet Lorenzo. « Mais pas de jalousie. » « Mais si ! », plaisante Luc. « Je suis jaloux de sa femme si belle ! »

Après le tamisage, les caisses de crevettes prennent le chemin de la salle des ventes, étiquetées avec le numéro du chalutier. Les grossistes arrivent et plusieurs détaillants sont là pour regarder, toucher, goûter. Surtout toucher, car c'est ainsi que l'on juge la qualité de la marchandise. « Les crevettes doivent crisper, crépiter sous les doigts, c'est le signe qu'elles sont ultra fraîches et parfaitement cuites », détaille Karen Bekaert, chercheuse auprès de l'ILVO,

l'Institut de recherche pour l'agriculture et la pêche d'Ostende. « On reconnaît des crevettes bien fraîches à leur carapace lisse et brillante. Elles deviennent au fur et à mesure plus ternes et rugueuses. Les crevettes fraîches sentent la mer : salines et pures. Au bout de deux ou trois jours, elles se mettent à sentir un peu le mois et dégagent une odeur d'ammoniaque. » Un autre truc : « Si vous appuyez sur la tête, elle doit être dure et craquante sous les doigts. Une crevette dont la tête se ramollit n'est plus fraîche du jour. » A la minque, aucun risque de ce côté-là. Les crevettes grises pêchées au large de notre littoral ne passent qu'une nuit en mer. Pourtant il arrive que des crevettes débarquées ultra fraîches tournent d'un coup et deviennent mauvaises. Gilbert Viaene, pêcheur de longue date, soutient qu'il faut faire particulièrement attention par temps orageux. « L'été, quand le temps est lourd, on a du mal à les conserver. Certains disent que les crevettes sentent les éclairs et le tonnerre. Par temps de canicule, elles deviennent moites et se mettent à coller. Il



« On reconnaît des crevettes bien fraîches à leur carapace lisse et brillante. Elles sentent la mer : salines et pures. »

faut alors les réfrigérer au maximum. » Roger Marranes, de Blankenberge, opine : « J'en ai fait l'expérience plusieurs fois. Par temps d'orage, j'essayais d'éviter ce problème en recouvrant les crevettes d'un linge sombre. Et l'été, j'avais toujours avec moi des bouteilles de Spa Reine placées au surgélateur. Je les mettais dans la benne au milieu des crevettes, pour les refroidir rapidement, car je n'avais pas de chambre froide à bord. » Marie-Paule Verplancke se souvient : « J'ai vu un jour un orage éclater au-dessus de la minque et les crevettes changer de couleur. Elles ont tourné d'un coup ! »

Heureusement, ce phénomène se produit rarement. Aujourd'hui moins que jamais, grâce aux installations froides à bord des bateaux. Les crevettes qui débarquent dès potron-minet sont donc ultra fraîches. Un poissonnier passe une main dans un bac rempli. « Quand elles sont fraîches, on ne rencontre aucune résistance », dit-il. « La main glisse au travers. » D'autres attrapent une crevette de ci, de là, la pèlent et la

goûtent. C'est encore la meilleure façon de se faire une idée. Les commerçants prennent leur temps. Certains sont là depuis six heures, l'œil affûté. Chaque bac, chaque lot est examiné de près et lorsque la vente commence, ils savent précisément sur quels lots ils vont enchérir. On voit aussi aller et venir des hommes en tablier blanc qui semblent prendre la vente encore plus au sérieux. Leur attention ne se concentre pas sur le goût ou le toucher, mais sur la température et l'hygiène. Stijn Oosterlynck,

contrôleur de qualité auprès de la Vlaamse Visveiling Zeebrugge, explique son rôle. « En principe, la température des crevettes ne peut jamais dépasser 4 °C. » Il place un thermomètre dans un bac rempli. « Si c'est le cas, nous le signalons aussitôt à l'armateur. Orallement ou par courrier. Et nous constatons que les problèmes sont rapidement résolus. » Stijn vérifie l'ensemble des contenants et esquisse un clin d'œil satisfait. Tous remplissent les exigences. « La chaîne du froid commence sur le bateau », poursuit-il. « Dès que les crevettes sont cuites, elles sont rincées à l'eau froide, puis stockées au froid dans des sacs plastique, eux-mêmes recouverts de glace. La température doit osciller entre zéro et quatre degrés. Jamais moins, car les crevettes ne peuvent pas geler, sous peine de perdre leur saveur. »

La température n'est pas le seul critère contrôlé à la minque. Des inspecteurs vétérinaires prélevent des échantillons à la demande de l'AFSCA, l'Agence fédérale pour la sécurité de la chaîne alimentaire.

ENTRE LES MAILLES DU FILET

L'objectif ? Mesurer le taux de bactéries E. coli, un bon indicateur de l'hygiène du produit. Lorsque les limites admises sont dépassées, l'armateur reçoit une notification et est tenu de revoir les normes d'hygiène sur son navire. A côté de cela, les inspecteurs prélevent des échantillons destinés à détecter la présence éventuelle de germes et de bactéries – salmonelles, staphylocoques et listeria. Ils doivent également mesurer de manière aléatoire le taux de micropollution chimique des crevettes. Ce test complémentaire permet de détecter les traces de dioxine, PCB, dérivés perfluoro, métaux lourds, tributyltine issue des peintures navales anti-salissures et même radioactivité. « Ce dernier contrôle date de la catastrophe de Tchernobyl », explique un expert de l'AFSCA. « Après la catastrophe de Fukushima, il a été réintroduit. L'Europe

entend renforcer la surveillance en matière de radioactivité concernant les crustacés. Nombre de pays importateurs y sont très attachés. » Nous aimerais en savoir plus sur ces métaux lourds. Ils semblent poser peu de problèmes, mais de stricts contrôles sont maintenus. Les rejets d'eaux usées déversent en mer des flots de liquides contaminés au cadmium, au mercure et au plomb, qui se retrouvent fort logiquement dans la chaîne alimentaire et les poissons que nous consommons. C'est pourquoi l'Europe a établi de strictes limites quant aux quantités de métaux lourds autorisés dans les poissons et les crustacés. Les résultats des dernières années sont rassurants...

Toujours de manière aléatoire, les inspecteurs contrôlent aussi la présence de conservateurs. Avant que les crevettes puissent passer aux

enchères, elles doivent avoir prouvé qu'elles sont dénuées de tout conservateur. Le sel que les pêcheurs ajoutent au moment de la cuisson ne compte pas. « Dans le temps, les pêcheurs maquillaient leurs crevettes, mais c'est aujourd'hui strictement interdit », déclare Wouter Vanlouwe, l'un des experts vétérinaires à la minque de Nieuport. « Et aucun conservateur ne peut être ajouté à la criée. Les crevettes vendues ici arrivent donc pures chez les commerçants. A eux, ensuite, d'ajouter ou non des conservateurs. » Pour savoir quels sont les conservateurs éventuellement ajoutés aux crevettes, nous posons la question au professeur gantois, Frank Devlieghere, attaché à un laboratoire de microbiologie alimentaire et de conservation des aliments. « Les plus utilisés sont l'acide benzoïque (E210), l'acide sorbique (E200) et leurs sels dérivés,



Lors de la criée, une horloge électronique préside les opérations.



ENTRE LES MAILLES DU FILET

les benzoates (E211, E212, E213) et les sorbates (E201, E202, E203). Comme ces produits fonctionnent mieux en milieu acide, on ajoute aux crevettes pelées un régulateur d'acidité : acide citrique (E330), acide lactique (E270) ou acide ascorbique (E300). Les sulfites (E220-E228) sont également autorisés, mais en quantités minimes. Concrètement, le plus utilisé reste le métabisulfite (E223), qui empêche les crevettes de développer des petites taches noires sur la peau. Ces taches de mélanose sont inoffensives pour le consommateur mais guère appétissantes. »

On utilisait jadis l'acide borique (E284) mais c'est désormais interdit. Les additifs doivent être purs et ne jamais dépasser un certain dosage. Les grossistes et les commerçants, de même que toute entreprise entrant dans la chaîne de transformation, doivent être en mesure de prouver par un système d'auto-contrôle qu'ils répondent aux directives de l'UE en matière de conservation alimentaire. Mais ils sont aussi soumis aux contrôles à l'improviste de l'AFSCA. De plus, les additifs utilisés doivent être mentionnés sur l'emballage. Dans la pratique, ceci n'est possible que pour les crevettes pelées vendues en barquettes, pas pour les crevettes non pelées vendues en vrac. C'est là un sujet sensible. Certes, les conservateurs, utilisés aux doses admises, ne sont pas dangereux pour la santé. Mais si vous souhaitez cuisiner les têtes et les queues de crevettes, par exemple pour faire un fond, un roux ou une bisque, les choses se corsent. Idéalement, on préférerait acheter le produit pur et naturel, sans additifs. Mais il ne se conserverait au total que deux à trois jours. Au-delà, les crevettes commenceront à sentir mauvais.

Pourtant, il y existe une solution, à en croire Geertrui Vlaemynck, chercheuse à l'ILVO Melle. Avec son groupe de recherche, elle planche sur des méthodes de préservation dénuées de conservateurs : « Si les crevettes étaient maintenues dans des conditions d'hygiène idéales pendant toute la chaîne, cuites parfaitement, refroidies rapidement jusqu'à zéro degré, puis conservées à cette température, il serait possible de les conserver pendant dix à douze jours. Mais,



Crevettes fraîches non décortiquées, prêtes à déguster.

dans la pratique, ce n'est pas envisageable. Quel réfrigérateur permettrait cela ? » On peut aussi se demander si les crevettes ne contiennent pas trop de cholestérol. Les tableaux belges de composition des aliments mentionnent que les crevettes pelées, comme les coquillages et crustacés, sont effectivement riches en cholestérol : 165 mg pour 100 g. A quoi s'ajoute un fort taux de sel à cause de la cuisson à l'eau de mer

additionnée de sel. Prudence donc si vous devez vous astreindre à un régime pauvre en sodium ou en cholestérol. « Mais que cela n'empêche personne de se régaler de crevettes de temps à autre », sourit Geertrui Vlaemynck, en attrapant une crevette dans l'un des bacs bien remplis. ■



SECRETS DE CUISINE DE... DE KRUIDENMOLEN

PAR PIETER VAN DOVEREN & PHOTOS KRIS VLEGELS

Stijn Bauwens
**« J'ai grandi
avec les crevettes. »**

SECRETS DE CUISINE DE... DE KRUIDENMOLEN

VERSCHILLEND GERECHTEN
PER TAFEL KIEZEN
MAAKT HET ZOWEL VOOR U
ALS VOOR ONS BOEIEND.

KLASSIEKERS





Au départ, De Kruidenmolen de Stijn Bauwens était un simple tea-room.

Le chef Stijn Bauwens et Veerle Quintens ont installé leurs marmites et leurs casseroles dans une ancienne maison de meunier flanquée d'une terrasse. Le chef a eu l'occasion d'acquérir de l'expérience pendant deux ans auprès de Geert Van Hecke au restaurant De Karmeliet, où il a percé tous les secrets d'une cuisine raffinée. A L'Ecailler du Palais Royal, Attilo Basso lui a inculqué le respect du poisson frais et lui a appris à cuisiner rapidement. Pour son propre restaurant, il a choisi une formule plus accessible, parfaitement adaptée à un repas en famille ou entre amis. Stijn Bauwens accorde beaucoup d'importance aux produits de première qualité et aux préparations savoureuses.

Stijn Bauwens : « J'ai 39 ans et je viens de Nieuwmunster, un petit village rural des polders, à deux kilomètres de la mer. J'ai grandi avec les crevettes. Ma maman les

décortiquait elle-même et j'aimais l'aider quand j'étais enfant. J'avais 25 ans lorsque mon épouse, Veerle, et moi avons ouvert notre restaurant De Kruidenmolen. Nous avons commencé très modestement, car l'établissement que nous reprenions venait de faire faillite. Au début, nous nous contentions de préparer des crêpes et de servir du café. C'est très progressivement que De Kruidenmolen est devenu ce qu'il est aujourd'hui. Pour en arriver là où nous en sommes maintenant, nous avons changé notre fusil d'épaule plusieurs fois. Je m'efforce de distiller une cuisine reconnaissable et j'opte pour des préparations personnelles mettant l'accent sur le goût. Je ne sers pas de homard au caviar, mais du 'merlan en colère' (merlan pané et frit à la sauce gribiche, servi en couronne, la queue entre les dents) ou de la tête de veau accompagnée d'une croquette de veau, de lentilles et de foie confit, ou encore de la paella de sot-l'y-laisse, seiches, boulettes de viande hachée et girolles et à base de pâtes fideuà. Autrement dit : des

plats qui demandent souvent beaucoup de préparation, mais que vous ne trouvez nulle part ailleurs.

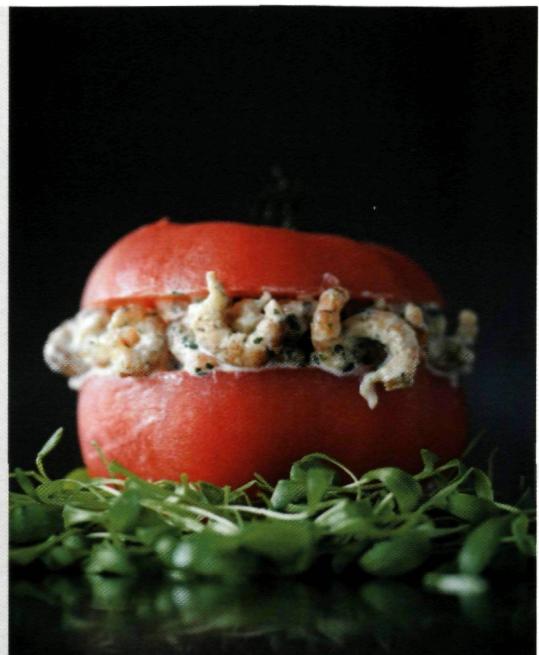
Mes crevettes proviennent de la criée de Nieuport, Ostende ou Zeebruges, selon les arrivages. Lors de l'achat, je veille à ce qu'elles ne soient pas poudrées. Certains commerçants poudrent les crevettes, qu'elles soient décortiquées ou non, pour les conserver plus longtemps. Nous épluchons nos crevettes non poudrées quand nous en avons besoin. Nous préparons alors de délicieuses croquettes de crevettes ou, en été, un carpaccio de tomates aux crevettes, éventuellement accompagné de mozzarella et de pesto de cresson. L'hiver, en décembre et en janvier, lorsque les crevettes se font rares, je ne propose aucun plat à base de crevettes décortiquées à la main. »

De Kruidenmolen : Dorpsstraat 1, 8420 Klemkerke, 059 23 51 78, www.kruidenmolen.be. Fermé le mercredi et le jeudi.

Classique Tomate crevettes

Pour 4 : 200 g de crevettes décortiquées à la main, 4 tomates moyennes bien mûres, 2 barquettes de cressonnette, persil haché, 1 échalote, 2 cuillères de mayonnaise-minute

Plongez les tomates dans de l'eau bouillante, refroidissez-les et émondiez-les. Coupez les chapeaux et évidez les tomates. • Détaillez l'échalote en brunoise. • Mélangez les crevettes avec la mayonnaise, l'échalote émincée et le persil haché. • Garnissez les tomates et reposez le chapeau par-dessus. • Disposez un bouquet de cressonnette sur les assiettes et posez-y les tomates farcies.



TOMATE CREVETTES VERSION DE KRUIDENMOLEN

Pour 4 : 160 g de crevettes décortiquées à la main, 1 grosse tomate cœur de bœuf, 2 tomates en grappe bien mûres, 8 tomates miel (émondées et marinées au vinaigre balsamique pendant 24 heures), 16 tomates cerises jaunes, 16 tomates cerises rouges, 1 échalote, 12 croûtons de pain, huile d'olive

Pesto : 50 g de cressonnette, 25 g de parmesan, 25 g de pignons de pin, 2 c. à s. d'huile d'olive, ½ gousse d'ail, poivre, sel

Gaspacho vert : ½ concombre épluché, 6 tomates green zebra mûres (tomates vertes), 1 petit oignon, ½ piment vert, 1 poivron vert, ½ céleri vert, 1 c. à s. de vinaigre à l'estragon, 4 c. à s. d'huile d'olive, 1 c. à s. de sauce Worcester, 1 c. à s. de tabasco vert, poivre, sel

Coupez la tomate cœur de bœuf pelée en gros morceaux (laissez les pépins). • Préparez un tartare avec les tomates en grappe, l'échalote et l'huile d'olive.

Pesto : Mixez tous les ingrédients jusqu'à obtention d'un mélange homogène. Transvasez-le dans une poche à douille et laissez-le épaissir.

Gaspacho vert : Mixez soigneusement tous les ingrédients et passez ensuite le mélange au tamis fin.

Dressage : Faites dorner légèrement les croûtons de pain à la poêle. • Disposez les morceaux de tomate cœur de bœuf dans une assiette creuse avec un peu de tartare de tomates en grappe. Répartissez les crevettes en petits tas et dispersez aussi les tomates miel et les tomates cerises. Ajoutez ça et là quelques pointes de pesto. Terminez par un peu de gaspacho vert et quelques croûtons de pain.

Classique Sole aux crevettes

Pour 4 : 160 g de crevettes décortiquées à la main, 4 soles de 500 g nettoyées, 20 petits champignons de Paris, 16 petites pommes de terre grenaille, 2 c. à s. de persil haché, 1 noix de beurre de ferme, 2,5 dl de bouillon de poisson, 1 dl de vin blanc, 2 dl de beurre blanc

Pochez les soles dans le bouillon de poisson et le vin blanc. • Faites cuire légèrement les champignons. • Faites cuire les pommes de terre à l'eau, pelez-les et roulez-les dans un peu de beurre et de persil. • Découpez les soles en filets et disposez-les sur des assiettes chaudes. Répartissez les champignons et les crevettes sur le poisson. Ajoutez les petites pommes de terre et arrosez d'un peu de beurre blanc.



SOLE AUX CREVETTES VERSION DE KRUIDENMOLEN

Pour 4 : 160 g de crevettes décortiquées à la main (conservez les têtes), 4 soles de 500 g nettoyées, ½ l de bouillon de poulet, 50 g de beurre, 2 barquettes de champignons de Paris, 1 c. à s. de crème, 1 échalote, 1 gousse d'ail, 1 bouquet de persil plat, 2 pommes de terre (Bintje), ½ botte d'oignons verts, huile d'olive, jus de citron

Faites légèrement doré les soles dans un peu de beurre et poursuivez ensuite la cuisson à feu doux. • Faites cuire les champignons coupés en fines lamelles avec l'échalote finement hachée et une gousse d'ail dans une poêle et ajoutez-y la crème. Laissez le liquide s'évaporer pendant encore une demi-heure jusqu'à obtention d'une masse consistante (duxelles). • Faites blanchir le persil et mixez-le en un coulis. • Faites cuire les pommes de terre pelées à l'eau et écrasez-les à la fourchette. Ajoutez-y les oignons verts émincés et un peu d'huile d'olive et mélangez. • Faites cuire les têtes de crevettes dans le bouillon de poulet et passez le tout au tamis. Versez-y ensuite le coulis de persil et le jus de citron et retirez du feu. • Découpez les soles en filets et reconstituez les soles en insérant de la duxelles entre les filets. • Disposez la purée de pommes de terre sur les soles farcies. Dressez-les sur des assiettes chaudes et garnissez-les de crevettes. • Mixez bien la sauce pour la rendre mousseuse et arrosez-en le poisson à la cuillère.

Classique Pommes de terre en chemise et crevettes

Pour 4 : 200 g de crevettes décortiquées à la main, 4 pommes de terre Bintje moyennes, 2 c. à s. de crème fraîche, 1 bouquet de ciboulette, une noix de beurre, poivre, sel

Faites cuire les pommes de terre à point dans de l'eau sans les peler. Évidez-les et écrasez la chair à l'aide d'une fourchette. Salez et poivrez. • Incorporez la crème fraîche, le beurre et la ciboulette hachée à la chair de pomme de terre. • Remplissez les pommes de terre de garniture et terminez par les crevettes.



POMMES DE TERRE EN CHEMISE ET CREVETTES VERSION DE KRUIDENMOLEN

Pour 4 : 160 g de crevettes décortiquées à la main (conservez les têtes), 2 grosses pommes de terre Bintje, 2 petites pommes de terre grenaille allongées, 1 botte d'oignons nouveaux, 4 œufs de caille, 2 c. à s. d'huile d'olive, 2 c. à s. de lait, 1 kg de gros sel marin, vinaigre, sauce mouseline (préparée avec un peu de jus de citron supplémentaire), noix de muscade, curry en poudre, poivre, sel

Couvrez le fond d'une plaque à pâtisserie de gros sel et posez-y les pommes de terre Bintje. Faites-les cuire ainsi pendant 1 heure dans un four préchauffé à 160 °C. • Pelez-les et écrasez-les grossièrement à la fourchette. Ajoutez l'huile d'olive et les oignons nouveaux cuits et finement coupés et assaisonnez de sel, poivre et noix de muscade. Versez ensuite le lait et mélangez. • Coupez les pommes de terre grenaille en fines rondelles à l'aide d'une mandoline et plongez-les dans la friteuse à 160 °C pour en faire des chips. • Faites également frire les têtes de crevettes pendant 3 minutes à 160 °C et parsemez-les de curry en poudre. • Pochez les œufs de caille pendant 1 minute dans de l'eau légèrement vinaigrée. • Dressez enfin tous les ingrédients sur les assiettes chaudes à l'aide d'un emporte-pièce rond : commencez par les crevettes, mettez ensuite les pommes de terre écrasées et posez l'œuf de caille poché par-dessus. Retirez l'emporte-pièce. Ajoutez la sauce mouseline chaude et garnissez de quelques chips et têtes de crevettes frites.



Des jeunes talents **subliment la crevette**

Les pêcheurs de crevettes à cheval d'Oostduinkerke font l'éloge de leur métier et de leurs crevettes fraîches avec enthousiasme et ils entendent partager cette passion pour le trésor de la mer du Nord avec les chefs cuisiniers de demain.

L'école hôtelière Ter Duinen et les pêcheurs à cheval ont dès lors uni leurs efforts lors d'un concours de cuisine axé sur les crevettes. Dix-huit élèves de 7+ – autrement dit : les grands chefs de demain – ont été invités à faire preuve de créativité face à ces petits fruits de mer. Une journée palpitante dans la cuisine de l'école hôtelière Ter Duinen !

Nous voici à l'aube d'un lundi matin hivernal, prometteur d'une belle journée ensoleillée... A 8 h 30, dix-huit élèves de 7+ se rassemblent dans la cuisine de l'école hôtelière Ter Duinen. Inutile de dire que le lundi matin n'est pas apprécié de tous les élèves... Ce qui est compréhensible quand

on sait que beaucoup d'entre eux viennent de travailleur tout le week-end dans un restaurant gastronomique.

Un professeur dans l'ombre

Le chef Peter De Coster, professeur des 7+, précise les dernières instructions du concours avant la distribution des ingrédients. « Ils ont tous été bien préparés », confirme-t-il.

« Nous avons organisé un premier test la semaine dernière. Je leur ai donné quelques conseils et j'ai essayé de les pousser au maximum sans pour autant les conduire dans une direction précise. Il s'agit d'un concours et il est donc essentiel que ce soit leur propre recette. Aujourd'hui, je ne ferai essentiellement qu'observer. »

Au cours des six premières années à l'école

DU GRAND ART



Effervescence en cuisine.



Les gagnants Michaël Timmermans et Elke Claeys dressent les assiettes avec le plus grand soin.



La perfection,
jusque dans les
moindres détails.

hôtelière Ter Duinen, les élèves apprennent les bases de la cuisine. En 7+, ils peuvent expérimenter de nouvelles techniques. « 7+ est une combinaison de 7 Gastronomies Mondiales et de 7 Restaurants Spécialisés. Nous leur enseignons les techniques et tendances les plus récentes afin qu'ils puissent travailler au plus haut niveau.

Les élèves ont quatre jours de pratique par semaine et sont donc déjà à moitié plongés dans le monde du travail. »

Le principe du concours est aussi simple que complexe : préparer un plat créatif à partir de crevettes de la mer du Nord. Le goût, la créativité, la présentation et l'attention portée à la crevette sont autant de critères permettant de gagner des points. Les participants doivent en outre répondre à des questions sur les techniques de cuisine et les produits utilisés.

Coup d'œil sur les concurrents

Une agréable agitation règne dans la cuisine. Il faut un peu de temps avant que chacun trouve sa place et son matériel, mais la cadence du cliquetis des fouets contre le métal et le ronronnement des bouillons en ébullition s'annoncent rapidement prometteurs. Les élèves travaillent en duo. Ils se concertent pour les derniers détails et lancent de temps en temps un regard furtif vers les voisins pour juger la concurrence. Mais ils font avant tout preuve de respect pour le travail de chacun et sont curieux de connaître les ingrédients et les modes de préparation. Ils goûtent mutuellement leurs plats, s'encouragent et échangent des avis fondés. « C'est une classe très soudée », souligne encore le chef De Coster. « J'ose même parier qu'elle compte quelques-uns des meilleurs chefs de demain. »

Les membres du jury commencent à arriver et jettent déjà un coup d'œil dans la cuisine. Iain Wittewrongel, chef du restaurant Ten Bogaerde à Coxyde, est particulièrement bien placé pour mesurer l'ambiance dans la cuisine. Les autres jurés sont le pêcheur à cheval Eddy D'Hulster, le directeur de l'école hôtelière Raf Sonneville, le conseiller technique Pol Debaenst et l'ancien sous-directeur Ronny Calcoen. Même votre serviteur a pu prendre place à table. Marc Vanden Bussche, membre du jury et bourgmestre, arrive juste à temps pour évaluer le premier plat.

La barre était placée très haut

Ce premier plat, préparé par Jens André et Louis Van der Gucht, se compose de crevettes, de taboulé, de fromage de chèvre, de tomates et d'avocat. Quelque peu stressés, notamment parce qu'ils sont les premiers à passer, ils entrent dans la salle pour présenter leur plat.

Les cuisiniers suivants, Philippe Matthys et Arnout Desmedt, ont puisé leur inspiration dans leur région natale, le Brabant, et ont ainsi associé les crevettes de la mer du Nord à des rillettes de travers de porc aux pommes. « C'est super de participer à un concours », nous confie Arnout par après. « Cela vous pousse à créer quelque chose et vous cherchez alors à mettre la barre haut. Vous voyez en outre ce dont vos collègues sont capables et vous pouvez déguster les créations de chacun. »

C'est à présent au tour d'Elke Claeys et Michaël Timmermans. En réalité, ils sont déjà prêts depuis un petit temps à présenter leur version du grand classique que sont les tomates crevettes. Leur petite touche personnelle ? De la glace à l'huile d'olive, du concombre, de la sauce américaine et des herbes sauvages. « Nous avons cueilli, ce matin encore, des herbes fraîches pour être sûrs de pouvoir rehausser notre plat des saveurs adéquates », explique Elke. Michaël nous confie qu'il a beaucoup aimé relever un tel défi. « J'apprécie les grands classiques, surtout si vous pouvez les revisiter à la mode contemporaine. »

Le produit régional le plus célèbre

Hannes Derykere et Thijs De Herdt servent ensuite au jury une croquette à l'ail fermenté accompagnée de mayonnaise au curry, de salicorne en tempura et de guacamole. « C'est vraiment agréable d'avoir carte blanche », déclare Hannes. « Et nous mettons ainsi réellement la théorie en pratique. »

Le directeur, Raf Sonneville, en profite pour nous en dire plus sur l'organisation du concours. « L'idée germe déjà depuis certainement vingt ans. Pendant tout ce temps, nous avons établi une bonne relation avec l'Ordre des pêcheurs de crevettes à cheval. Lors du banquet annuel, nous nous disions chaque fois que nous devrions faire 'quelque chose' ensemble. Cette année, ce désir est devenu réalité avec ce concours. » Quelques semaines auparavant, les élèves

de 7+ ont pu assister à une démonstration par le pêcheur de crevettes Eddy D'Hulster. « J'ai grandi sur la côte, mais j'ai tout de même énormément appris sur les crevettes de la mer du Nord, le produit régional le plus célèbre », témoigne un des élèves, Simon Allinckx.

C'est d'ailleurs à son tour de servir le plat qu'il a préparé avec Emiel Desmet et pour lequel il a décidé de présenter les crevettes de sa côte natale avec du dashi, une galette de pommes de terre, du lait battu et du céleri. La recette suivante marie les crevettes de la mer du Nord, le fromage Keiemse Witten, la Leffe, le chou romanesco et le chou pointu. Louis Masschelein et Hendrik Dequeker sont les auteurs de cette combinaison culinaire.

Du haut niveau

En attendant, le stress monte dans la cuisine pour Arthur Pak et Timo Robeet. Le risotto à l'orientale est une préparation délicate et la préparation de la sauce est adaptée à la dernière minute. Le duo parvient toutefois à servir son plat dans les temps, accompagné d'une salade de crabe.

Les premiers élèves ont, quant à eux, commencé à nettoyer leur plan de travail et ceux qui sont prêts viennent observer les autres. Certains donnent un coup de main à gauche et à droite en passant une poêle ou le sel... Le chef De Coster a été désigné comme commis de service et va chercher les ingrédients qui ont été oubliés le matin. Ses collègues enseignants poussent régulièrement la porte de la cuisine pour goûter les plats. Tout le monde s'accorde à dire que le niveau est élevé.

Encore deux plats à soumettre aux jurés... La vive à l'écrasé de pommes de terre, au chou blanc et au crumble d'oignons de Quinten Calliauw et Cedric Vennekens est, en même temps que l'accompagnement au foie gras, rapidement dégusté. Le duo est convaincu qu'il peut marquer des points.

Le pêcheur de crevettes Eddy D'Hulster ne cache pas sa satisfaction : « C'est un des seuls groupes à avoir utilisé la prise accessoire. Lors de la démonstration, nous leur avons donné toutes sortes de conseils sur cette prise : les petits crabes verts, par exemple, ont très bon goût. Cette vive est aussi un poisson qui se prend régulièrement dans nos filets. »



Récurer la cuisine

Le dernier plat est de loin le plus spectaculaire en termes de présentation. La bouillabaisse de Jeffrey Van Zijl et Kay Opdam n'est pas une simple soupe : dans une assiette creuse, ils ont disposé quelques garnitures sur lesquelles repose un croquant de pâte feuilletée formant un petit pont. Par-dessus, la gelée en forme de tête de cheval est un hommage aux pêcheurs à cheval, explique Kay. La bouillabaisse proprement dite est servie à table.

Alors que le jury délibère, les élèves s'affairent en cuisine. Ici encore, la cohésion du groupe est manifeste. Les voici tous côte à côté à récurer et laver. « Mieux nous collaborons, plus vite nous aurons tout terminé. »

Personne n'ose se risquer à un pronostic. « Tout le monde n'a pas pu tout voir ni tout goûter. C'est donc très difficile. »

Le choix n'est pas plus facile pour le jury : quatre plats surpassent les autres. Enfin, après une longue réflexion, les élèves sont rappelés.

Mention honorable

Le chef Iain Wittevrongel, lui-même originaire de Coxyde, a l'honneur de dévoiler le gagnant du jour. « Les crevettes de la mer du Nord sont un produit haut de gamme de notre propre région. C'est un crustacé subtil et délicat. Il est dès lors très important de ne pas rehausser les crevettes de saveurs trop dominantes. Beaucoup d'entre vous ont préparé une bisque. Là encore, vous devez faire attention. Le goût d'une bisque est vite

trop prononcé, mais il ne peut jamais être trop doux. N'essayez jamais d'aller trop loin dans votre métier de chef. Les plats les plus simples sont souvent ceux qui mettent le mieux votre produit en valeur. »

Les deuxième et troisième places ex aequo sont décernées à la vive aux crevettes de la mer du Nord avec ses pommes de terre et son chou blanc braisé de Quinten et Cedric ainsi qu'au fromage Keiemse Witten à la Leffe sur son lit de chou romanesco, de chou pointu et de crevettes de la mer du Nord de Hendrik et Louis. « Ces deux plats ont mis en avant des goûts très purs et nous avons apprécié l'utilisation de la prise accessoire. » Avant de révéler les noms des gagnants, Iain souhaite encore attribuer une mention honorable : « Pour les crevettes de la mer du Nord à l'ail fermenté de Hannes et Thijs. Ce plat était remarquable, mais les crevettes n'étaient malheureusement pas mises en valeur. Le thème du concours n'était dès lors pas respecté. »

L'étonnement se lit sur certains visages au moment où il élit la tomate crevettes d'Elke et Michaël au rang de vainqueur. « Ce plat dégage une fraîcheur qui vous charme directement. Les crevettes sont parfaitement mises en valeur et c'est encore la preuve qu'un grand classique est une garantie de réussite. Ne cherchez pas trop loin », recommande encore Iain comme dernier conseil aux élèves.

Le prix remis aux gagnants ? Un pin's en or de l'Ordre des pêcheurs de crevettes à cheval et un bon d'une valeur de 100 euros offert

par la commune de Coxyde. Leur plat sera en outre au menu lors du banquet annuel de l'école et de la fête de Mieke Garnaal.

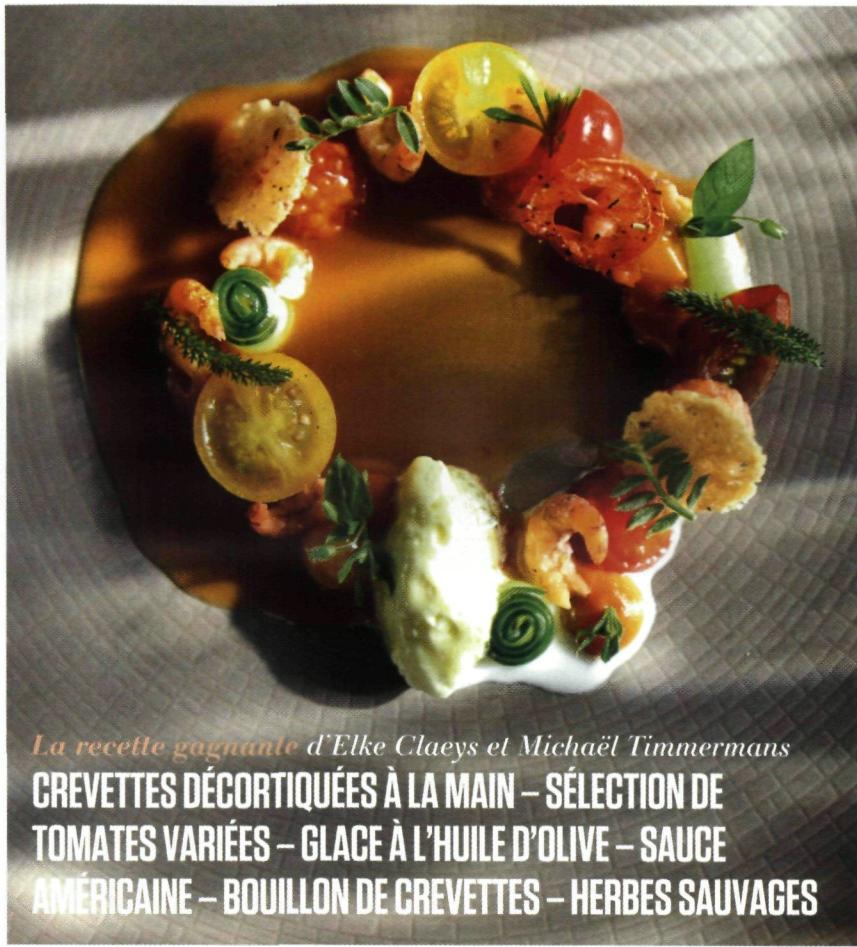
Elke et Michaël sont heureux des prix reçus, mais surtout de l'honneur rendu. « J'ai directement eu l'idée de préparer un grand classique, mais de manière innovante », raconte Michaël. « Lorsque nous avons testé ce plat pour la première fois, nous nous sommes dit qu'il pourrait bien l'emporter. » « Jusqu'au moment où nous avons vu tous les autres plats », avoue Elke. « Le nôtre paraissait si simple par rapport à toutes ces préparations complexes. »

Un peu de piquant

Leur tomate crevettes avait toutefois aussi ses originalités. « Nous avons remplacé la mayonnaise par de la glace à l'huile d'olive en guise de matière grasse. Et Michaël a eu l'idée de la sauce américaine », poursuit Elke. « Ce qui a apporté un peu de piquant à l'ensemble », explique Michaël.

Ce concours n'était pas un coup d'essai pour Michaël. « J'ai déjà remporté la deuxième place au concours de Prosper Montagné. Et cette fois-ci, le stress n'était pas de la partie. Nous étions bien préparés et nous avons encore eu largement le temps d'aller cueillir quelques herbes fraîches ce matin. »

Elke participait quant à elle pour la première fois à un concours. « Mais cela donne envie de recommencer. Rien de mieux que de gagner une fois pour surmonter la crainte des concours », dit-elle en riant.



Décorez les crevettes et gardez les têtes et les carapaces pour la bisque. Conservez les crevettes au frais.

Bouillon de crevettes : Nettoyez les légumes et coupez-les finement pour en faire une mirepoix. Faites chauffer un peu d'huile d'olive et faites-y dorer les carapaces et les têtes de crevettes. Ajoutez ensuite les légumes et l'ail et laissez mijoter. Versez la purée de tomates, mélangez et poursuivez encore un peu la cuisson. Flambez le mélange au cognac. Déglacez-le au vin blanc et humidifiez-le avec le fumet de poisson. Ajoutez le bouquet garni et laissez infuser 35 minutes. Mixez légèrement et passez le tout au chinois en métal. Salez et poivrez. Remettez sur le feu et plongez-y la feuille de gélatine. Attendez que la gélatine se dissolve dans la bisque et versez celle-ci dans une boîte en plastique. Laissez-la refroidir et placez-la au congélateur. Lorsqu'elle est complètement congelée, retirez la bisque de la boîte. Posez la bisque congelée dans un linge humide et laissez égoutter dans une passoire

en veillant à bien récupérer le jus de crevettes clair.

Glace à l'huile d'olive : Mélangez tous les ingrédients et transvasez le mélange dans la glacière. Tournez jusqu'à obtention d'une belle glace lisse et conservez-la au congélateur.

Sauce américaine : Mélangez tous les ingrédients pour en faire une sauce homogène. Ajoutez du tabasco et de la sauce Worcester selon les goûts. Mettez la sauce dans un siphon et conservez-la au réfrigérateur.

Rouleaux de concombre : Coupez le concombre en longues lamelles et roulez-les en rouleaux courts et épais et en rouleaux longs et fins. Faites-les brièvement mariner juste avant de servir dans le vinaigre de riz et l'huile d'olive. Assaisonnez-les de gros sel marin et de poivre.

Toasts : Congelez brièvement le petit pain au levain et coupez-le ensuite le plus finement possible à l'aide de la trancheuse. Découpez des ronds et posez-les sur un tapis de cuisson en silicone. Salez, poivrez, versez un peu

Pour 10 : 500 g de crevettes fraîches, achillée millefeuille, stellaire, pois sauvages, feuilles de fenouil

Bouillon de crevettes : têtes et carapaces de crevettes, 1 tige de poireau, 3 branches de céleri, 3 carottes, 1 échalote, 1 oignon, 1 gousse d'ail, 1 bouquet garni, 2 c. à s. de purée de tomates, 0,5 dl de cognac, 1 dl de vin blanc, 1 l de fumet de poisson, 1 feuille de gélatine, huile d'olive, poivre, sel

Glace à l'huile d'olive : 70 g de lait, 2,5 g de crème, 4 g de glucose, 3 g de sel, 70 g d'huile d'olive

Sauce américaine : 3 c. à s. de moutarde, 4 c. à s. de ketchup, tabasco, sauce Worcester, 1 g de xanthane

Rouleaux de concombre : 1 concombre, 0,25 dl de vinaigre de riz, 0,25 dl d'huile d'olive, gros sel marin, poivre

Toasts : 1 petit pain au levain, 0,2 dl d'huile d'olive, poivre, sel

Sélection de tomates variées :

10 tomates cerises vertes, 10 tomates cerises jaunes, 10 tomates roma orange, 10 tomates cerises rouges, 10 petites tomates kumato, huile d'olive, gros sel marin, poivre

Croquants de tomates : 5 tomates cerises, gros sel marin, poivre, herbes de Provence

d'huile d'olive et laissez-les dorer dans un four à 160 °C pendant environ 8 minutes.

Sélection de tomates variées : Lavez, séchez et coupez les tomates. Assaisonnez-les d'huile d'olive, de gros sel marin et de poivre.

Croquants de tomates : Congelez brièvement les tomates. Coupez-les ensuite en très fines rondelles à la trancheuse. Epicez les rondelles avec du gros sel marin, du poivre et des herbes de Provence. Mettez-les dans la machine Easy-dry ou dans le four à 80 °C jusqu'à ce qu'elles aient totalement séché.

Dressage : Nettoyez bien les herbes sauvages à l'eau, séchez-les et recueillez les feuilles. Dressez joliment tous les ingrédients préparés sur l'assiette et versez la bisque clarifiée par-dessus après avoir apporté l'assiette à table.

En collaboration avec



A l'ostendaise

Croquettes de crevettes artisanales, huîtres d'Ostende, sole à l'ostendaise, crevettes non décortiquées accompagnées de bière Keyte ostendaise... Autant de raisons de visiter Ostende. Sans compter que le festival « A l'ostendaise » s'y tiendra jusqu'au 30 septembre.

Ostende battra au rythme de « A l'ostendaise » jusqu'au 30 septembre. Au programme : des événements littéralement savoureux, des plats régionaux créatifs, des balades maritimes et... « Aan tafel met de visser » (A la table du pêcheur). Bref, un événement culinaire incontournable et sans pareil, qui se décline en de nombreux chapitres. Citons, par exemple, le poisson du mois. Chaque mois, les pêcheurs ostendais mettent à l'honneur deux espèces de poisson, que les chefs d'Ostende sont à leur tour invités à sublimer en faisant preuve de créativité. Résultat : un menu de la mer à déguster pendant un mois avant qu'un autre poisson endosse le rôle principal. Le mois de juin sera placé sous le signe de la langoustine et du poulpe. En juillet, place à la limande et à la lotte ! Août sera quant à lui dédié à la limande-sole et au bar. La plie et le turbot fermeront la marche en septembre. Vous pourrez, par ailleurs, prendre place à la table d'un pêcheur tous les premiers vendredis

soir du mois. Avant cela, vous aurez une heure pour percer les secrets du patrimoine maritime ostendais. Vous dégusterez ensuite le menu du mois en écoutant le pêcheur vous parler en détail des mets dressés sur votre assiette et de sa vie en mer. La garantie d'une soirée inoubliable ! Réservation obligatoire. Si vous passez à Ostende par hasard, vous trouverez votre bonheur les 28 et 29 juin sur la Zeeheldenplein. Les chefs ostendais y cuisineront le poisson et les fruits de mer de la mer du Nord sous vos yeux ébahis. L'art de la pêche vous sera présenté en long et en large, au son d'une musique soul. De savoureux plats de la mer à prix démocratiques, une ambiance conviviale et de la soul... Que demander de plus ?

Luc Bogaert, pour ainsi dire le parrain de la pêche ostendaise, est l'ambassadeur enthousiaste de « A l'ostendaise ». Un choix qui ne doit rien au hasard. « On peut pratiquement dire que je portais encore des couches quand je suis parti en mer pour la première fois. » Il avait quatorze ans quand

il a pris le large dans le rôle du pêcheur. Il sera promu capitaine trois ans plus tard. « J'ai passé ma vie en mer. » Une vie au cours de laquelle il a vu changer la pêche. « L'importation de poisson est une véritable catastrophe pour les pêcheurs locaux. La criée doit créer un marché pour les pêcheurs d'ici. » Qui plus est, les coûts sont en hausse, notamment les prix des carburants. Or, le prix du poisson n'augmente pas. « A l'ostendaise » contribue à remédier au problème et montre au consommateur belge pourquoi il a tout intérêt à opter pour le poisson de la mer du Nord. « C'est un événement positif et un immense succès, qui prouve que les gens sont encore nombreux à s'intéresser à la pêche et à notre poisson de la mer du Nord. »

« A l'ostendaise » est une initiative de l'office de tourisme d'Ostende, en collaboration avec la Stichting voor Duurzame Visserijontwikkeling (Fondation pour le développement d'une pêche durable).



© Westtour



© Westtour

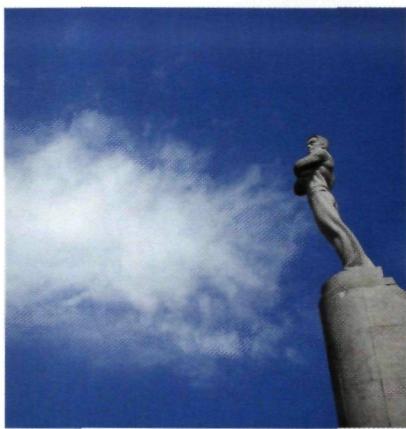
Envie de participer à « Aan tafel met de visser » ? Réservez dans l'un des restaurants participants. Vous trouverez le calendrier et les restaurants participants sur www.ostendaise.be.

AGENDA CULINAIRE – LE LITTORAL

AAN TAFEL MET DE VISSER – OSTENDE (À LA TABLE DU PÊCHEUR)

6 juin et 4 juillet

Prenez part à une balade maritime et percez les secrets du patrimoine maritime ostendais. Dégustez ensuite le menu du mois en écoutant le pêcheur vous parler de sa vie en mer. www.visitostende.be



BIERFESTIVAL – LE COQ/WENDUINE (FESTIVAL DE LA BIÈRE)

7 juin

Dégustez une vingtaine de bières régionales en toute décontraction. Où ? Aux alentours de l'Astridpark, en plein centre de Wenduine. www.visitdehaan.be

CHAMPAGNEWANDELING – LA PANNE (BALADE AU CHAMPAGNE)

7 juin

Une balade (9 km) gourmande et musicale au champagne, dès 11 h. Inscriptions jusqu'au 31 mai inclus.

www.depanne.be/champagne

VISSERIJWEEKEND/VISSESHULDE – NIEUPORT (WEEK-END DE LA PÊCHE/HOMMAGE AUX PÊCHEURS)

Du 7 au 9 juin

A Nieuport, le week-end de la Pentecôte est traditionnellement placé sous le signe

de la pêche. Au programme : la fête de la pêche près de la criée et l'hommage rendu aux pêcheurs le 9 juin.

www.nieuwpoort.be

VAN PITTIG BRUINTJE EN GRIJZE GARNAAL – NIEUPORT (BIÈRE BRUNE ET CREVETTES GRISES)

Du 7 au 8 juin et du 24 juin au
9 septembre, tous les mardis

Une visite guidée de la criée, ponctuée par un verre et une collation.

www.nieuwpoort.be

VRIJDAG VISDAG – NIEUPORT (VENDREDI, JOUR DE PÊCHE)

13, 27 juin - 4, 18 juillet - 1, 8, 22,
29 août - 19, 26 septembre

La criée de Nieuport propose, sous le slogan « Vendredi, jour de pêche », une série de visites guidées de la criée. Le lunch à base de poisson frais de Nieuport est compris. www.nieuwpoort.be

MAATJESHAPPENING – BLANKENBERGE (HAPPENING AUTOUR DES MAATJES)

14 juin

Dès 16 h, on attendra l'arrivée des maatjes hollandais nouveaux dans une ambiance musicale émaillée d'animations. Le B72 Jacqueline-Denise entrera au port aux environs de 18 h. S'ensuivra une dégustation de maatjes et de genièvre. www.uitinblankenberge.be

VISWEEKEND – MIDDELKERKE/WESTENDE (WEEK-END DE LA PÊCHE)

14 et 15 juin

Westende vivra au rythme de la pêche l'espace d'un week-end. L'occasion de goûter toutes sortes de poissons et de fruits de mer. www.toerismemiddelkerke.be

OOSTDUINKERKE GAAT VOLUIT VOOR DE GARNAAL (OOSTDUINKERKE CÉLÈBRE LA CREVETTE)

Du 15 juin à septembre

De grandes photos de plats à base de crevettes seront affichées à Oostduinkerke.

Vous pourrez télécharger les recettes sur votre smartphone grâce à un code QR. Les commerces vous conteront l'histoire « Van vissersdorp tot badplaats » (D'un village de pêcheurs à une station balnéaire) et le village de la crevette « Club crevette » prendra ses quartiers sur la plage pour l'été. www.koksijde.be

GARNALENVISSENS TE PAARD – OOSTDUINKERKE (LES PÊCHEURS DE CREVETTES À CHEVAL)

Du 16 juin au 12 septembre
(différentes dates)

Vous aurez régulièrement l'occasion d'admirer les pêcheurs de crevettes à cheval à l'œuvre. Ils sont inscrits au patrimoine immatériel de l'humanité (UNESCO). La prise sera parfois cuite sur la digue. www.koksijde.be



BIERWEEKEND – MIDDELKERKE (WEEK-END DE LA BIÈRE)

Du 20 au 22 juin

Rendez-vous sur la digue de Middelkerke pour déguster les meilleures bières du pays sur le plus long comptoir de Belgique.

www.toerismemiddelkerke.be

TASTY BELLE EPOQUE – LE COQ/WENDUINE

21 juin

Découvrez Le Coq et Wenduine avec bon goût. Vous vous baladerez au gré du patrimoine en compagnie d'un guide. Vous aurez ça et là l'occasion de vous sustenter. www.visitdehaan.be

A L'OSTENDAISE – OSTENDE

28 et 29 juin

Rendez-vous sur la Zeeheldenplein, où les chefs ostendais cuisineront le poisson et les fruits de mer de la mer du Nord sous vos yeux. Un événement à ne pas manquer si vous êtes un fin gourmet. Animations, démonstrations culinaires et ambiance seront au rendez-vous.

www.visitooostende.be et
www.ostendaise.be



GARNAALFEESTEN – COXYDE/OOSTDUINKERKE (FÊTES DE LA CREVETTE)

28 et 29 juin

Le samedi, vous aurez tout le loisir de flâner sur le marché folklorique. Le dimanche, de 11 h à midi, des groupes folkloriques belges et étrangers assureront le spectacle sur l'Astridplein. Admirez-les en dégustant de délicieux zakouski de la mer. Le grand chef Vincent Florizoone concoctera une recette-surprise à base de crevettes et divers établissements serviront tout le week-end des plats et des menus placés sous le signe de la crevette.

www.koksijde.be

ZEEMANSARRANGEMENT « PROEF VAN HET VISSERSLEVEN » – ZEEBRUGES (GOÛTEZ À LA VIE DE PÊCHEUR)

2, 9, 16, 23, 30 juillet et 6, 13, 20, 27 août
Associez la visite de Seafront à une balade guidée aux abords de l'ancienne criée. Arrêtez-vous à l'atelier de la poissonnerie Saskia ou Westhinder. Et après l'effort, le réconfort : installez-vous dans un café de pêcheurs typique.

www.brugge.be/zeebrugge et
www.seafront.be

STREEKBIERENFESTIVAL – NIEUPORT (FESTIVAL DES BIÈRES RÉGIONALES)

5 et 6 juillet

Assistez au festival de la bière de Nieuport (centre Ysara) et dégustez les bières que le Littoral a à offrir. www.nieuwpoort.be

LANDBOUWFEST – NIEUPORT (FÊTE DE L'AGRICULTURE)

6 juillet

Le 6 juillet, la ferme Sesier-Guillemans située Victorlaan 44 accueillera la fête de l'agriculture. Au programme : dégustation de produits artisanaux, démonstration de chevaux de trait et de dressage,

concours d'épluchage de pommes de terre, démonstration de tonte de moutons, tir à la corde, « tapis volant » et balade à cheval.
www.nieuwpoort.be

VISSERSBRUNCH – OOSTDUINKERKE (BRUNCH DU PÊCHEUR)

Du 11 juillet au 22 août

Tous les vendredis du 11 juillet au 22 août, au musée NAVIGO.

www.navigomuseum.be



THAISE DAG – BREDENE (JOURNÉE DE LA THAÏLANDE)

20 juillet

Un programme : cuisine thaï, danses thaïlandaises et... massages thaïlandais.
www.uitinbredene.be

PARAVANGFEESTEN – BLANKENBERGE (FÊTES DU PARAVANG)

3 août

Les visiteurs s'immergeront dans la vie des pêcheurs d'hier et d'aujourd'hui au travers de démonstrations d'anciens métiers et de dégustations de bouchées de poisson

préparées minute. L'ambiance sera assurée par des jeux populaires et de la musique.
www.blankenberge.be

DAG VAN DE VLAAMSE VIS – ZEEBRUGES (JOURNÉE DU POISSON FLAMAND)

15 août

Passez une journée animée, entièrement dédiée au poisson de la mer du Nord. Embarquez à bord d'un bateau de pêche et profitez de la balade gourmande pour déguster de savoureuses bouchées au poisson. La Visgrootshandelfederatie (Fédération des poissonneries de gros) proposera sa soupe de poisson flamand, une soupe uniquement préparée à base de poissons méconnus : grondin perlon, petite roussette, vive, tacaud commun et petit poisson plat. Environ 2.200 litres de soupe seront préparés dans une grande marmite !

www.brugge.be/zeebrugge



GARNALENFEESTEN – LE COQ (FÊTES DE LA CREVETTE)

15 août

Vosse slag mettra la crevette à l'honneur.

Les grands assisteront à des démonstrations de pêche au chalut tandis que les plus petits manieront le filet. Ensuite, place à la préparation des délices de la mer !
www.visitdebaan.be

LANDBOUWWEEKEND – MIDDENKERKE/WESTENDE (WEEK-END DE L'AGRICULTURE)

20 et 21 septembre

Les délices de la campagne à la mer : la digue et la plage de Middelkerke accueilleront de charmantes terrasses, des dégustations artisanales, des machines agricoles d'hier et d'aujourd'hui, des charrues, toutes sortes d'animaux...
www.toerismemiddelkerke.be

GASTRONOMISCHE UITWISSELING MET DURBUY – NIEUWPORT (ÉCHANGE GASTRONOMIQUE AVEC DURBUY)

3 et 4 octobre

Découvrez les délices de Durbuy, ville jumelée à Nieuport. Où ? Sur le marché hebdomadaire le 3 octobre et sur la Hendrikaplein de Nieuport le 4 octobre.
www.nieuwpoort.be

DAG VAN DE GARNAAL – NIEUWPORT (JOURNÉE DE LA CREVETTE)

11 octobre

Cette année encore, la criée célébrera la crevette. C'est une tradition ! Venez participer aux nombreuses activités et déguster de savoureuses bouchées aux crevettes. www.nieuwpoort.be

TOERISME-EN STREEKPRODUCTENBEURS – COXYDE (SALON DU TOURISME ET DES PRODUITS RÉGIONAUX)

18 et 19 octobre

La salle des fêtes du centre culturel Casino Koksijde accueillera divers stands où vous pourrez déguster de savoureux produits du terroir : du fromage au pâté, en passant

par le genièvre, le vin, le foie gras et le poisson. Vous y trouverez, en outre, une foule d'informations touristiques sur la côte occidentale. Le Nord de la France et les communes jumelées seront aussi de la partie et vous proposeront tant des informations que des produits typiques.
www.koksijde.be

HEERLIJKE HERFST – MIDDLEKERKE/WESTENDE (LES PLAISIRS DE L'AUTOMNE)

18 et 19 octobre

www.toerismemiddelkerke.be

VERRASSEND MARITIEM NIEUWPOORT (LES SURPRISES MARITIMES DE NIEUWPORT)

Du 24 au 26 octobre

Venez déguster des huîtres chaudes et froides arrosées d'une coupe de champagne. Le rendez-vous est fixé au bar à huîtres de la Nieuwpoortse Blauwe Boei, à la criée. Prenez-en ensuite plein les yeux lors du Nieuwpoort International Boatshow. www.nieuwpoort.be

CHAMPAGNEWEEKEND – MIDDLEKERKE/ WESTENDE (WEEK-END DU CHAMPAGNE)

Du 7 au 9 novembre

www.toerismemiddelkerke.be

GASTRONOMISCH WEEKEND – NIEUWPORT (WEEK-END GASTRONOMIQUE)

Du 21 au 23 novembre

www.nieuwpoort.be

SPROTJESHAPPENING – LE COQ/WENDUINE (HAPPENING DU SPRAT)

26 décembre

L'un des meilleurs produits régionaux sera servi gratuitement sur la digue de Wenduine. Sprats grillés à volonté !

www.visitdebaan.be

CARNET PRATIQUE DU LITTORAL

LES BELGIAN COAST GREETERS

Nouveau : des bénévoles enthousiastes guident les vacanciers vers leurs coins favoris dans chaque commune du Littoral. Ces promenades guidées (max. 6 personnes) sont gratuites et vous permettent de découvrir les véritables trésors du Littoral de manière originale. *Réservation via le site web www.belgiancoastgreeters.com.*



LA QUALITÉ AU LITTORAL

Une série d'adresses et d'offices de tourisme garants d'un service de qualité absolue : reconnaissiez-les à leur label Q. www.lelittoral.be/label-q



LES AVANTAGES DU KUSTPAS

Le partenaire idéal pour visiter les attractions du Littoral ! Le Kustpas vous offre un grand nombre de réductions et d'avantages dans les attractions participantes du Littoral.

Vous pouvez télécharger ce pass avantage gratuit sur www.kustpas.be.

LE TRAIN

La Panne, Ostende, Blankenberge, Zeebruges, Knokke-Heist et Coxyde sont parfaitement accessibles en train. A Coxyde, vous serez accueilli dans une gare récemment rénovée. www.belgianrail.be

LE TRAM DU LITTORAL

Le Tram du Littoral reste un des principaux fleurons du Littoral. Voyez-y le moyen de transport idéal pour vous rendre facilement d'une station balnéaire à l'autre. www.delijn.be/dekusttram/fr

LES POSSIBILITÉS D'HÉBERGEMENT

Loger dans un hôtel ou un B&B ? Louer une maison de vacances ou camper confortablement ? Au Littoral, tout est

possible ! Des centaines d'adresses agréables vous accueillent tout au long de l'année pour un petit week-end exceptionnel ou des vacances inoubliables.

Utilisez notre module de réservation en ligne très pratique sur www.lelittoral.be.



LE TEMPS

Le Littoral bénéficie d'un microclimat et compte plus d'heures d'ensoleillement que le reste du pays.

Consultez les prévisions météorologiques sur www.kustweerbericht.be.

À VOTRE SERVICE

Les offices de tourisme sont des points d'accueil très chaleureux.

www.blankenberge.be,
www.visitdehaan.be, www.bredene.be,
www.depanne.be, www.knokke-heist.be,
www.koksijde.be, www.middelkerke.be,
www.nieuwpoort.be, www.visitostend.be,
www.brugge.be/zeelbrugge

SHOPPING

Le shopping au Littoral est un réel plaisir ! L'offre est vaste, les magasins sont ouverts le dimanche et la mer est toujours à deux pas.



DE L'OUEST VERS L'EST, OU INVERSEMENT

Suivez la Randonnée du Littoral de La Panne à Knokke-Heist (ou dans l'autre



sens). Les points nœuds vous conduiront le long des plages et des dunes, mais aussi à travers les charmantes stations balnéaires. Reposez-vous sur l'un des bancs design de Stefan Schönig ou empruntez le Tram du Littoral.

Téléchargez dès maintenant l'application gratuite sur www.lelittoral.be/randonneedulittoral et vivez une agréable promenade avec vos enfants.

GUIDE DE VOYAGE CAPITOOL : LE LITTORAL & SON ARRIÈRE-PAYS



Ce nouveau guide de voyage est un guide de référence pour le Littoral belge. Un compagnon de voyage regorgeant de conseils et d'informations sur les atouts de la région côtière et ses principales curiosités. Y compris des dessins en coupe, des plans et de très belles illustrations.

Disponible en librairie et aux offices de tourisme ou sur www.lelittoral.be.

ITRIP COAST

Cette application à télécharger gratuitement vous permet de découvrir tout ce que votre destination de vacances vous réserve lors de votre séjour sur place. Sélectionnez la bonne période et recevez une sélection intéressante d'attractions, événements, restaurants et autres.

www.itrip.be

Beach14

le Littoral

avec le soutien du Gouvernement flamand
dans le cadre du Programme d'Impulsion pour le tourisme

Westtoer

Offre exclusive de vins Rothschild

Un cadeau idéal pour les prochains jours de fêtes !

MOUTON CADET
BARON PHILIPPE DE ROTHSCHILD



119 €
au lieu de
165,50 €
(votre avantage : 46,50 €)



4x

Rothschild
Agneau Blanc
Bordeaux 2012



4x

Rothschild
Agneau Rouge
Bordeaux 2012



2x

Rothschild
Mouton Cadet
Edition Vintage
Bordeaux 2011



2x

Rothschild Mouton
Cadet Réserve
Médoc 2011

Notre savoir-faire se déguste avec modération.

Durant les mois de mai et juin, les occasions sont nombreuses pour faire la fête et trinquer. C'est pourquoi Le Vif/L'Express et l'importateur belge de vins Mampaey Wines & Spirits vous proposent en primeur un impressionnant assortiment de vins de prestige, provenant exclusivement de la maison renommée Baron Philippe de Rothschild. La sélection Rothschild, en stock limité, se compose de valeurs sûres et est garante de qualité. De plus, ces vins exclusifs ne sont pas disponibles en supermarchés !

Vos avantages en tant que lecteur du Vif/L'Express

- Offre temporaire et exceptionnelle tant dans l'assortiment que dans le prix
- Non disponible en supermarchés
- Le nom le plus prestigieux dans le monde du vin
- 46,50 € de réduction
- Livraison gratuite à partir de 2 colis
- Satisfait ou remboursé (max. 2 échantillons)
- Par colis de 12 bouteilles commandé et réglé avant le 28 mai, vous recevez 1 VIP Card gratuite, d'une valeur de 35 €, pour le « 1000 and 1 Nights Champagne Event 2014 » du 6 juin 2014 au Kasteel Tivoli de Malines, avec dégustation illimitée de vins de la maison Rothschild



BARON PHILIPPE DE ROTHSCHILD, S.A.

Commandez online via www.levif.be/rothschild,
scannez le code QR, téléphonez au
02 467 66 67 (lundi au vendredi 8h30 à 17h30)
ou renvoyez la carte jointe à ce magazine.



MAMPAEY
WINES & SPIRITS

nest SAVEURS

UN VOYAGE GUSTATIF
DE LA SCANDINAVIE
AU MAROC

SAVOUREUSES RECETTES
DU LITTORAL

PLUS
DE
100
RECETTES

MAINTENANT
EN VENTE

La cuisine
au jardin

nest
LE BONHEUR EST ENTRE VOS MAINS