

Paroisse Saint-François-Xavier

Vieillir sans savoir

Denys Duchesne, pour la Paroisse

Lors de la rencontre du Café amitié du 3 février dernier, le thème était la Vieillesse.

Oui, la vieillesse que les dictionnaires présentent comme la dernière période de la vie humaine, ce temps de la vie caractérisé par le ralentissement des activités biologiques, la sénescence, ajoute-t-on.

Et puis *vieillir*, dont on dit que c'est le fait, pour un être humain, de s'affaiblir par l'effet de l'âge. *Vieillir*, c'est continuer à vivre alors qu'on est déjà vieux, comme cet homme, cette femme, ces vieux du village, des gens plus âgés ou *trop âgés!* – tiré du *Petit Robert*

Vieillir: mode d'emploi

Étonnamment, peut-être, et après que la plupart des participants aient fait part qu'ils avaient toujours aimé travailler, le mot *jouer* est venu s'opposer aux représentations des dictionnaires.

Dans cette ultime étape qui n'est pas la fin, jouer, c'est mettre sa vie en scène, c'est se donner le premier rôle dans sa vie, c'est habiter la vie dans notre perspective de vie à nous.

Dans cet espace de jeu devenu le nôtre se dessine la carte de la disponibilité, celle du temps que nous avons à consacrer aux autres. Cette disponibilité, enfant de la *Vieillesse*, est présence de cœur... pour qui veut venir en profiter.

Eh puis, alors que pendant de longues minutes, on se confortait, se complaisait avec les mots *apprendre, comprendre et sagesse;*

que le mot *souvenir* revendiquait avec force sa place au panthéon de la *vie vieille* voilà qu'en fin de rencontre Jean Gabin s'est invité...

Toute ma jeunesse, j'ai voulu dire je sais

Seulement, plus je cherchais

Et moins j'savais

Y a 60 coups et plus qui ont sonné à l'horloge

J'suis encore à ma fenêtre, je

regarde, et j'm'interroge

Maintenant je sais, je sais qu'on ne sait jamais

La vie, l'amour, l'argent, les amis et les roses

On ne sait jamais le bruit ni la

couleur des choses

C'est tout ce que j'sais

Mais ça, j'le sais - Extrait de

Maintenant je sais

Magnifiquement récité et chanté à la façon de Laurent Poirier, octogénaire, le texte de Gabin s'élève comme une prière à l'intérieur de soi... À vous de jouer!

Prochain Café amitié

Vendredi 17 février (thème: perfection) et 3 mars, à l'église, à 9h 30.

Café et petit goûter seront servis. Renseignements: Claire Boivin-Boisvert au 450 224-2740.



Johann Plourde lesbieres@journaldescitoyens.ca

Herman Smith Johannsen, athlète supercentenaire Norvégien-Canadien, est un des premiers à introduire le ski de fond en Amérique du Nord. Aujourd'hui, son influence inspire Frédéric, Louis-Philippe, John et Louis à ouvrir la Herman Brasserie. Et voilà qu'une aventure inouïe et locale débute sur le chemin du Lac Écho avec foyer extérieur pour mieux vous réchauffer!

Le grand Johannsen inspire une brasserie

Du nouveau à Prévost – Cette nouvelle brasserie propose plusieurs produits brassicoles du style européen avec un côté artisanal bien d'ici. Sans complexité, mais buvabilité et douceur pour tous les goûts, ces bières sont agréables. Légères en bouche, faibles en alcool, sans goût sirupeux on les retrouve en canette format 355 ml, l'option de consommer sur place en pression avec accueil chaleureux vous attendent! Voici quelques suggestions.

Blossom: une bière de blé sûre aux cerises. En référence à la fameuse friandise Cherry Blossom, cette petite boîte de chocolat apporte d'excellents souvenirs si vous voulez mon avis. De couleur rose cerise et de texture ombragée, rien de sirupeux déposé en bouche, au contraire, c'est assez léger comme saveurs, doux et très peu d'acidité. Une mousse de teinte rosée formée de bulles minuscules de longue durée fait d'elle un apéro différent et rafraîchissant. En quantité limitée bien sûr, la Blossom est une bière du genre éphémère, selon la saison des cerises!

Assurez-vous quelques canettes en réserve à votre cellier, cette bière se fera désirer!

Horten: une Pale Ale de blé à 4,5%. Aux effluves bien fruités, sa couleur opaque s'accompagne d'une mousse blanche délicate qui ne quitte pas le verre. Légère en bouche, une gorgée n'attend

pas l'autre. Le mélange de différents houblons dont le Riwaka, une variété audacieuse aux notes bien fruitées, procure à la bière une saveur de pamplemousse remplie de fraîcheur tandis que le Nelson Sauvignon, dérivé du cépage Sauvignon blanc, lui apporte un côté excentrique. Une finale désaltérante avec effervescence en continu saura satisfaire l'amateur de Pale Ale en vous! En apéro ou avec un grilled cheese et des tranches de pomme rouge.

Edel: Pils d'inspiration allemande à 5%. De couleur dorée et translucide, élaborée en autre avec le houblon Hallertau Mittelfrüh qui offre à la grâce de nos narines, une sensation olfactive explosive. Une bière aux notes légèrement épicées partage plu-

sieurs parfums, dont le citron, différents agrumes ainsi que de petites fleurs délicates. Sa mousse blanche abondante est formée de bulles bien pétillantes qui maintiennent l'effervescence jusqu'à la toute fin. En bouche, ses saveurs enveloppent les papilles avec fraîcheur, un vrai goût de Pils que l'on apprécie et que l'on retrouve de façon artisanale et bien «Québécoise»! En finale, l'amertume est bien balancée, une bière aux propriétés adéquates pour nos quatre saisons!

Agate: Lager foncée à 5%. Cette bière représente tout à fait la définition de son nom! Un liquide brassicole de grande valeur comme la pierre précieuse faisant partie de la famille des quartz!

D'une infâme noirceur, cette Lager foncée ne laisse personne indifférent. Parfums de noisettes grillées et de torréfaction, sa mousse généreuse est de couleur crème brûlée, ses notes florales glisseront sur vos papilles avec finesse. Une finale désaltérante et bien fraîche aboutie en fin de bouche, c'est à ce moment précis que vous direz «encore svp»!

Bien sûr, tous les produits se retrouvent sur place, le tout dans un décor industriel épuré, cuve à la vue et propreté impeccable. Bravo pour votre travail si bien appliqué qui se goûte à chaque gorgée! Une équipe de gentlemen fort sympa! Merci pour votre collaboration Messieurs :-)
Santé!



Avec Odette Morin

odemorin@journaldescitoyens.ca • www.journaldescitoyens.ca

Vinaigrettes chaudes et sauces rapides pour les pâtes

De formes et de couleurs très variées, les pâtes alimentaires nous permettent de faire en très peu de temps et à bon prix de délicieux plats d'accompagnement ou des plats complets avec légumes, protéines et tout le tralala.

Que nos plats soient d'inspiration méditerranéenne ou orientale, on peut ajouter des légumes à cuisson rapide à l'eau de cuisson des pâtes, un peu avant que celles-ci soient prêtes ex: tronçons d'asperge, fleurettes de brocoli, rapinis, bébés épinards, petits pois, pois mange-tout, bok choy hachés grossièrement, etc. Alors, voici quelques recettes de préparations à ajouter aux pâtes cuites pour les amener à un autre niveau.

Vinaigrette chaude à la sauce soya

Voici une vinaigrette qui donne un goût irrésistible aux pâtes italiennes ou aux nouilles orientales. Elle sert de base à d'autres recettes. Des herbes fraîches peuvent être ajoutées aux pâtes ainsi assaisonnées: ail (une gousse râpée), sauce soya japonaise (Kikkoman) (30 ml soit 2 cuil. à

soupe), huile d'olive (30 ml), poivre, flocons de piments ou sauce piquante au goût. Mélangez tous les ingrédients et faites chauffer la préparation juste assez pour atténuer la force de l'ail (et du gingembre s'il y a lieu); sur un feu moyen doux jusqu'à frémissement ou 22 secondes au four à micro-ondes. Versez sur les pâtes (cuites et égouttées) et mélangez le tout.

Vinaigrette chaude au tahini

Un goût semblable, voire meilleur, à celui de la sauce aux arachides. Parfaite pour les nouilles Yet-Ca-Mein, elle a pour base la recette de vinaigrette chaude à la sauce soya. On y ajoute les ingrédients suivants: du gingembre râpé (3 à 5 ml soit ½ à 1 cuil. à thé), des flocons de piments ou de la sauce piquante (au goût), de la poudre de cari ou du curcuma (3

ml), de l'huile de sésame (5 ml), du tahini (1 cuil. à soupe), une bonne giclée de jus de lime ou de citron.

Beurre à l'ail citron/persil

Un grand classique qui plait à tous! Excellent lorsque combiné à un concassé de tomate: beurre (15 ml soit 1 cuil. à soupe), huile d'olive (30 ml), jus de citron (15 ml), ail (1 à 3 gousses râpées ou hachées finement), sel et poivre au goût. Faites chauffer le mélange, juste assez pour faire fondre le beurre et atténuer la force de l'ail, puis ajoutez-y du persil haché (de 15 à 30 ml soit 1 à 2 cuil. à soupe). Mélangez à vos pâtes favorites.

Concassé de tomates aux herbes

Salade ou salsa? Il nous inspire plusieurs combinaisons intéressantes. On peut y mettre du basilic frais ou de l'origan séché: 1 tomate moyenne en petits dés, persil plat haché (environ ½ tasse), vinaigre balsamique ou jus de citron (5 ml soit 1 cuil. à thé),

huile d'olive (10 ml), sel et poivre au goût, ail (1 gousse râpée, facultative). Mélangez tous les ingrédients.

Tomates cerises confites

Un goût qui fait «capoter» les inconduits de tomates et d'ail: tomates cerises coupées en deux (1 barquette de 500 ml), ail coupé en allumettes (3 à 6 gousses), huile d'olive (45 ml soit 3 cuil. à soupe), romarin, thym ou origan (5 ml soit 1 cuil. à thé), sel et poivre, sucre (1 pincée) ou sirop d'érable (5 ml) ou plus si les tomates sont très acides. Mélangez tous les ingrédients dans un plat allant au four. Cuissez le tout à 375 °F pendant environ 35 minutes. Mélangez la préparation telle quelle à vos pâtes ou passez-la au pied-mélangeur. N'oubliez pas le parmesan!

Sauce rosée déconcertante

Déconcertante par sa simplicité! Très vite faite, elle est étonnamment savoureuse. Vous n'aurez plus envie d'acheter celle du commerce. Je vous



conseille d'ajouter du parmesan (ou romano) râpé (125 ml soit ½ tasse) en même temps que la sauce à vos pâtes: 1 recette de vinaigrette chaude à la sauce soya, coulis de tomate (en pot de verre) (185 ml soit ¾ de tasse) + une pincée de sucre ou 5 ml de sirop d'érable (ou plus au goût), crème 35%, (45 ml soit 3 cuil. à soupe). Mélangez tous les ingrédients et réchauffez la préparation sur un feu moyen doux ou au four à micro-ondes. Ajoutez la sauce à vos pâtes favorites et servez-les immédiatement.

Bon appétit!