

## Ménestrel

# De la musique douce et dénudée, simple et efficace

**Dans la Série Jeunes Virtuoses, Diffusions Amal'gamme a ouvert l'année 2025 avec Ménestrel qui a présenté L'Ordre du Bon Temps à la salle de spectacle Saint-François-Xavier de Prévost le dimanche 12 janvier 2025.**

Deux jeunes musiciens de formation classique, Janelle Lucyk, chant et violon, et Kerry Bursey, chant et luth, ont partagé avec le public leur passion pour la musique ancienne que Kerry qualifie d'alternative.

On retourne plus de 400 ans en arrière, en hiver. On peut imaginer le froid et la rigueur qui accablaient la vie des Français en Acadie dont certains n'ont pas échappé au scorbut. Samuel de Champlain, Seigneur de Port-Royal, eut l'idée de créer l'Ordre du bon temps durant l'hiver 1606-1607. Le vendredi soir, tous se réunissaient pour fêter et faire un repas constitué du fruit de leur chasse et de leur pêche, afin d'égayeur l'ambiance et de créer un plus grand esprit entre les membres de l'état-major.

La musique au service du Seigneur pour distraire son entourage. On comprend le besoin d'un grand bain d'optimisme, le moral

n'étant pas moins important que le physique. Nous ne sommes pas loin du carnaval du peuple, fête des fous, de la subversion dans lesquelles sont parodiées les règles de l'ordre établi, civil ou religieux, au service du rire et de la joie débridée.

Nos deux protagonistes nous proposent un voyage musical soutenu à souhait par l'histoire, notre histoire. Le programme totalement imaginé par le duo reprend des chansons françaises et anglaises comportant des complaintes, des chants religieux, des chants d'espoir et d'amour de toutes les inspirations de la vie qui nous font chanter.

La première pièce est la plus vieille chanson recensée de la Nouvelle-France: *À la claire fontaine*, livrée tout en douceur et sans artifice. Ensuite, de Pierre Guédron, *Qu'on ne me parle plus d'amour*. La Pavane de Thoinot Arbeau que toutes les chorales choisissent d'interpréter et



Deux jeunes musiciens de formation classique, Janelle Lucyk, chant et violon et Kerry Bursey, chant et luth

qui aurait été l'air écouté par le Roi Arthur lorsqu'il était triste. *Guerre, guerre, vente vent* chanson de Tri Yann d'origine bretonne racontant le retour au pays d'un matelot après la guerre de sept ans opposant l'Angleterre à la France.

Quelques pièces de John Dowland, compositeur pour voix et luth protégé de la Reine Élisabeth 1

d'Angleterre et préféré de Shakespeare. Très belle musique recherchée.

En bref, un concert, en grande partie empreint de mélancolie, traduisant sans doute la vision du monde de l'époque de rendre plus audible l'émotion humaine par l'exploitation d'une large palette d'émotions. De la musique douce et dénudée, simple et efficace. De la musique populaire destinée à un

large public reposant sur des formes simples et répétitives adaptées à la danse ou à la mémorisation. Cela dit, cette musique demeure essentielle à notre culture et à nos sources. Les interprètes ont fait preuve de générosité et de passion. Leurs voix s'harmonisent à merveille pour notre pur ravissement.



Avec Odette Morin

odemorin@journaldescitoyens.ca • www.journaldescitoyens.ca

## Pâte de cari maison

**Combien de découvertes des plus agréables peut-on faire en explorant les cuisines du monde? Et comme la nature est bien faite! Car bien souvent, de formidables amalgames de saveurs nous apportent d'inoubliables plaisirs gustatifs en plus de multiples bienfaits pour la santé.**

En effet, il y a quelques années, la science nous a offert quelques explications concernant la rareté, voire l'absence de certaines maladies chez certains peuples. Un bon exemple est celui de l'Inde où jusqu'à tout récemment, des maladies comme le cancer colorectal, pourtant très répandues chez nous, y étaient quasi inexistantes. Selon les scientifiques, la consommation quotidienne de curcuma dans les préparations de cari serait en grande partie responsable de cette situation. Hélas, aujourd'hui ce bon bilan a commencé à changer à cause de l'avènement des chaînes de restauration rapide et à l'occidentalisation du style de vie des indiens.

Bien que les recettes de pâtes de cari ne contiennent pas toutes du curcuma, elles sont toujours un amalgame d'arômes et d'épices qui interagissent pour un maximum de saveur et d'effets positifs sur la santé. Les ingrédients de la plupart d'entre elles ont tous été utilisés, au fil du temps, non seulement comme aliments, mais aussi comme plantes médicinales.

N.B. N'oubliez pas que le curcuma est aussi utilisé comme colorant, alors tout ce qu'il va toucher va se teinter de jaune, y compris vos doigts, c'est pourquoi je porte des gants chirurgicaux pour préparer à la fois les piments forts et le curcuma. Le curcuma est liposoluble (soluble dans le gras), si vous n'en mettez pas dans le mélange, il devra y en avoir un peu dans le plat auquel vous l'ajouterez. De plus, le poivre accentue les pouvoirs du curcuma, alors vaut mieux en ajouter un peu à nos plats, même s'ils contiennent des piments forts. Pour la recette qui suit, vous pouvez broyer les ingrédients dans un mortier, les râper ou les hacher très finement. Si vous ne disposez pas de curcuma frais, remplacez-le par du curcuma en poudre : 15 ml (1 cuil. à soupe) frais = 5 ml (1 cuil. à thé) en poudre. Si vous choisissez d'utiliser un mélangeur, vous devrez ajouter soit de l'huile, entre 15 et 45 ml (1 à 3 cuil. à soupe), du coulis de tomate, du vinaigre ou du jus de citron ou un peu d'eau.

On utilise cette préparation dans toutes sortes de petits ragoûts en



sauce ainsi que dans les soupes et les potages. Les habitués aux mets bien relevés utiliseront la totalité du mélange (recettes pour 4 à 8 personnes), tandis que les débutants en utiliseront que la moitié ou moins. Le lait de coco est souvent utilisé en guise de sauce, mais on peut aussi prendre des tomates concassées, du bouillon de légumes ou de volaille agrémenté de crème, de crème sure, de fromage à la crème ou de yogourt (on ajoute ce dernier en fin de cuisson). On peut aussi épaissir les sauces avec des légumes pilés (pommes de terre, patates douces, etc.). Excellente dans les recettes de légumes, de légumineuse, de tofu, de fruits de mer, de volaille, etc. On l'incorpore à nos préparations avant d'ajouter les ingrédients liquides, puis on laisse mijoter le tout quelques minutes. Une explosion de saveur qui atteindra son paroxysme si

vous ajoutez du jus de citron (ou de lime) et du persil frais (ou de la coriandre fraîche) à vos recettes juste avant de servir.

### Dans quelles recettes utilise-t-on la pâte de cari?

- Évidemment, dans les plats inspirés des fameux « caris » indiens ou thaïlandais.
- Dans les soupes comme le « dhal » (soupe aux lentilles) ou les potages à la courge, etc.
- Pour mariner le tofu, les viandes en lui ajoutant du jus de citron ou du vinaigre, ainsi qu'un peu d'huile au choix.
- Dans les recettes de « tandoori » (pour mariner les viandes) en lui ajoutant 5 ml de paprika et 110 ml (½ tasse) de yogourt nature.
- Dans les sauces comme les chutneys, les sauces BBQ, les sauces piquantes et les ketchups maison.
- Et dans plein d'autres recettes que vous pouvez inventer ou adapter, dont plusieurs plats cuits à la mijoteuse.

### Pâte de cari maison

(donne environ ½ tasse)

N.B. Pour ceux qui tolèrent moins bien les mets piquants, mettez moins de piments forts ou du moins enlevez toutes les graines ainsi que les mem-

branes qui les retiennent, car ce sont les parties les plus brûlantes d'un piment.

### Ingrédients

- Oignon, 35 g (½ petit, soit 45 ml ou 3 cuil. à soupe)
- Ail, 15 g (3 à 5 gousses soit 30 ml ou 2 cuil. à soupe)
- Gingembre, 10 g (morceau de 1 po x 1 po soit près de 15 ml ou 1 cuil. à soupe)
- Curcuma frais, 10 g (morceau de 2 po x ½ po soit près de 15 ml)
- Piments forts « chili thaï » ou autres, 10 g (5 piments soit environ 15 ml)
- Épices aux choix, 5 ml (1 cuil. à thé) : graines moulues de cumin, de coriandre, de fenouil, de moutarde, etc., ou un mélange comme le garam masala (facultatifs)

### Préparation

Râpez, hachez très finement ou broyez tous les ingrédients et mélangez le tout. Le mélange est prêt à utiliser. Vous pouvez le conserver au frigo pendant 3 ou 4 jours ou le congeler, dans des moules à glaçons, puis conserver les cubes dans un contenant étanche pendant 3 mois.

Bon appétit!