

Et si on pique-niquait différemment?

Autor(en): **[s.n.]**

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Généralions plus : bien vivre son âge**

Band (Jahr): - **(2014)**

Heft 59

PDF erstellt am: **21.07.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-831312>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Et si on pique-niquait

Générations Plus vous propose quatre repas représentant quatre continents, pour un budget raisonnable (2 pers.) et avec des produits faciles à trouver.



Environ
30 min.

Dès
28 fr.

Pique-nique à la tunisienne

BOISSON Du Boga Cidre, un soda produit en Tunisie à l'extrait de caroube. Mais contrairement à ce que son nom indique, ne vous attendez pas à y trouver un goût de pomme! En effet, cette appellation trompeuse lui a été donnée pour le différencier de la limonade Boga blanche. Son goût? Très particulier, il le doit à l'extrait de caroube et rappelle celui

de la banane, de la racinette ou bien du Cola Kampane d'origine antillaise.

À L'APÉRO Des olives, de l'harissa, de l'huile d'olive et de la mayonnaise, que l'on accompagne avec du *tabona*, la galette de pain traditionnel ou une baguette.

UNE SALADE tunisienne, bien sûr! Sa version tra-

ditionnelle comprend concombre, tomate, oignon et piment vert hachés très fin, que l'on relève avec un peu de sel et d'huile d'olive. Il est possible d'y ajouter thon et œuf, si vous le souhaitez.

UN PAIN Le *tabona* (v. *plus haut*) ou une baguette parisienne, héritage de la colonisation française.

UNE VIANDE Des merguez qui, rappelons-le, sont fabriquées avec de la viande de mouton, de l'ail et de l'harissa. Préférez les fabrications artisanales – disponibles dans toutes les bonnes boucheries, halal ou non – aux insipides ersatz proposés par les grands distributeurs.

LE DESSERT Melon ou pastèque, à choix.

différemment?

Pique-nique à la thaïlandaise

BOISSON Les Thaïlandais raffolent du lait de coco bu dans des noix de coco fraîches, percées de pailles coudées. Elles se trouvent chez nous dans les magasins spécialisés en saveurs du monde. Et si vous n'en trouvez pas, un thermos de thé au jasmin ou de sirop de litchi fera l'affaire.

À L'APÉRO Des chips aux crevettes et des cacahuètes au wasabi.

UNE SALADE aux crevettes... Elle se décline sous différentes recettes, la plus

classique se composant de pousses de bambous, de germes de soja, de feuilles de laitue et de carottes finement ciselées, de vermicelles thaï et de crevettes roses, le tout agrémenté de jus de citron, d'huile de sésame, de sauce soja et de feuilles de coriandre.

UN PAIN Pour accompagner leurs plats, les Thaïlandais ne consomment pas de pain, mais le remplacent par des épis de maïs grillés ou des boulettes de riz collant trempées dans de la sauce

soja ou aux piments plus ou moins forts.

UNE VIANDE Le poulet coupé en petits morceaux est placé en marinade durant une heure dans une sauce soja relevée à l'ail, au poivre et au piment avant d'être frit. Il se mange ensuite chaud ou froid.

LE DESSERT Mangue, pastèque, litchis et papaye, en salade de fruits ou à consommer seuls.



Environ
30 min.

Dès
28 fr.

Corinne Cueniet / Wollodja Jentsch



Corinne Cuendet / Wollodja Jentsch

Environ
30 min.

Dès
26 fr.

Pique-nique à la mexicaine

BOISSON Une Sol ou une Corona! Légères, blondes et rafraîchissantes, ces bières mexicaines glissent toutes seules dans le gosier. On les boit directement à la bouteille, avec une tranche de citron vert fixée sur le goulot.

À L'APÉRO Des chips de maïs (*nachos*) et du guacamole, bien sûr! A savoir un mélange d'avocats bien

mûrs, de coriandre, de citrons verts et d'oignons frais, sans oublier une bonne pincée de sel.

UNE SALADE C'est coloré, copieux et goûteux – mexicain, quoi! – avec quelques risques de flatulence. Bref, elle se compose de haricots rouges, de poivrons verts et rouges, de maïs, oignons, ail et persil.

UN PAIN Des tortillas, soit des galettes confectionnées à base de maïs. Ça cale, mais ça calme aussi le feu quand les plats sont trop épicés pour nos estomacs occidentaux.

UNE VIANDE Un chili con carne évidemment. Il faut le cuire des heures, c'est comme ça qu'il est le meilleur, et ça se cuisine à l'avance avec de la viande hachée de bœuf,

des épices (on n'oublie pas le tabasco) et des... haricots rouges.

LE DESSERT Allons-y avec des bananes plantain au xérès, histoire de bien se caler. Ça se prépare avec des rondelles de fruit passées dans l'huile à 180 degrés et épongées ensuite, auxquelles on ajoute de la crème et du sucre et l'alcool.

Pique-nique à la grecque

BOISSON Un rosé très frais, issu du cépage grec *agiorgitiko*. En bouche, ce vin a une texture agréable, légèrement grasse et une attaque vive. Polyvalent, il se marie bien avec les viandes grillées et le fromage.

À L'APÉRO Des olives, des petites tartines de tarama

acheté de préférence dans un magasin spécialisé dans les produits méditerranéens.

UNE SALADE grecque, sans surprise! Avec tomates, oignons, poivrons et feta, aliments de base qui se complètent avec des carottes et du chou blanc et rouge.

UN PAIN pita, comme ceux que l'on trouve au Sud et à l'est de la Méditerranée.

UNE VIANDE Des *keftedes* au citron, soit des boulettes de viande hachée que vous aurez confectionnées le jour d'avant: mettre dans un bol la viande, un œuf et de la mie de pain et mélanger le tout,

en y ajoutant des oignons, des feuilles de menthe et du persil plat, avant d'assaisonner le tout au poivre et à l'ouzo. Rissoler tranquillement cette mixture avec un filet d'huile d'olive. Citronner en fin de course.

LE DESSERT Pastèque et figues avec baklava.



Environ
30 min.

Dès
28 fr.

Corinne Cuendet / Woldolija Jentsch