

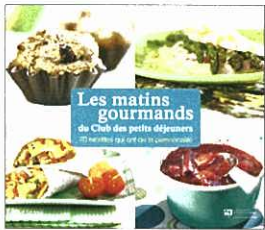
par **LOUISE GAGNON**

## P'TITS DÉJ' GOURMANDS

Le *smoothie* de Rachid Badouri, le sandwich à la mexicaine de Guy A. Lepage, la confiture de fraises de Dominique Michel... En panne d'idées pour le repas le plus important de la journée? Cet ouvrage contient 70 recettes inspirantes, autant pour les matins pressés que pour les brunchs entre amis. Elles sont offertes en majorité par des personnalités et, pour chaque livre vendu, 1,75 \$ est remis au Club des petits déjeuners. Pour se faire plaisir en appuyant une bonne cause.

**LES MATINS GOURMANDS DU CLUB DES PETITS DÉJEUNERS,**

LES ÉDITIONS DE L'HOMME, 24,95 \$.



### À L'APÉRO CET AUTOMNE...

... on sert des graines de citrouille grillées. Rincer, éponger et sécher à l'air les graines de citrouille fraîches dans leur écale. Les enduire d'un filet d'huile d'olive. Saupoudrer de poudre de cari jaune et saler. Cuire au four à 190 °C (375 °F), de 15 à 20 minutes. Laisser refroidir et... déguster!

**VOUS AUREZ BESOIN DE :**



## Les fromages du lac Carré

Une balade prévue pour admirer les paysages flamboyants des Laurentides? Beau prétexte pour faire un arrêt à la **FROMAGERIE DU LAC-CARRÉ**, près de Mont-Tremblant. Les sympathiques propriétaires, Julie Jacob et Éric Lévesque, n'ont pas à rougir de leur offre: près de 200 fromages, dont les trois quarts proviennent du Québec! Comme si ce n'était pas assez, ils proposent aussi une grande variété de produits frais et transformés de producteurs et d'artisans de la région, dont les mets cuisinés du chef Sébastien Houle (sEb l'artisan culinaire) et les pâtes fraîches de Mille Pâtes. 819 713-0505. 2011, RUE PRINCIPALE, SAINT-FAUSTIN-LAC-CARRÉ.

