

À table!

Pour des cadeaux gourmands

Dans ma famille, on se donne de plus en plus de cadeaux gourmands à Noël, des produits savoureux que l'on prend plaisir à débiter dans des boutiques-saveurs souvent décoiffantes.

Pour les meilleurs pains du réveillon, la Boulangerie Guillaume: le couple Guillaume Vaillant et Valériane Lami-rande-Gauvin produit chaque jour des pains différents à partir de farines biologiques.

Ses baguettes sont exceptionnelles, de même que ses buns et brioches (pour le lendemain matin). L'endroit a gagné le prix Frédéric-Metz de la Ville de Montréal pour son design original: on voit les artisans à l'œuvre, ce qui

nous fait saliver en attendant de déguster le pain! Au 5132, boul. Saint-Laurent, 514 507-3199. boulangerieguillaume.com

Pour des desserts hors du commun, on visite Fous desserts, un endroit gourmand par excellence. Les gâteaux, viennoiseries et pâtisseries combinent des éléments étonnants qui ajoutent une touche de folie à la fin de nos repas. La maison se spécialise aussi dans les chocolats aromatisés à différentes épices. De quoi surprendre nos invités. Au 809, rue Laurier Est, 514 273-9335. fousdesserts.com

Pour des cadeaux à l'italienne, un endroit de choix: La maison des Pâtes Fraîches. À des parents ou amis gourmands et pressés, j'offre des mets italiens savoureux préparés sur place par des cuisiniers compétents: des pâtes fraîches, des sauces divines, des desserts frais ou congelés, bref, de quoi préparer en quelques minutes un festin italien authentique. On y fabrique

une délicieuse ratatouille, des boulettes en sauce, des salades de fruits de mer ou de légumes marinés. Ne reste plus que le vino à ouvrir! Deux emplacements sur le Plateau: 865, rue Rachel Est, 514 527-5487, et 1887, av. du Mont-Royal Est, 438 333-7999. lamaisondespat-fraiches.com

Impossible d'oublier Le Fouvrac. Ici, je trouve de tout pour mes amis gourmets... et pour moi-même, bien sûr. On déambule entre les étalages de splendeurs venant du monde entier: les cafés précieux avec leurs cafetières originales, les thés exotiques et leurs théières aux mille formes, les épices, les chocolats avec ou sans sucre, les vinaigres fins, les huiles d'olive rares et même une huile d'argan produite par une coopérative de femmes du Maroc. Véritables cavernes d'Ali-Baba, les deux boutiques cachent des trésors insoupçonnés. Au 1451, av. Laurier Est, 514 522-9993, et au 1404A, rue Fleury Est, 514 381-8871. lefouvrac.com

Suivez les guides!

Le monde du vin est vaste, et les guides s'avèrent d'une grande utilité pour bien planifier nos achats et faire de belles découvertes. En voici deux, aux signatures reconnues.

Le guide du vin Phaneuf 2016 s'articule autour des Grappes d'Or, les vins les plus remarquables de l'année, chers ou bon marché. Seule à la barre de cet ouvrage depuis cinq ans, la sommelière Nadia Fournier est une collaboratrice de longue date de Michel Phaneuf, auteur des 30 premiers guides de la série, dont l'éditeur a gardé le nom pour des raisons de marketing. Éditions de l'Homme, 432 p., 29,95 \$.

Un autre guide incontournable: *L'essentiel de Chartier: L'ABC des harmonies aromatiques en cuisine et à table*, du grand sommelier François Chartier. Plus de 400 pages de bonheur sans chichi scientifique: nul besoin d'avoir fait de grandes études pour comprendre ce nouveau guide, résultat de recherches en harmonies et sommellerie aromatiques. Une centaines de recettes illustrent les grands principes qui permettent de marier avec bonheur les mets, les boissons et les vins. Tout cela sous forme de fiches à consulter en un coup d'œil. Éditions La Presse, 400 p., 39,95 \$.



PRENEZ SOIN DE VOUS AVEC APOTHECA
Apotheca a ce qu'il faut pour votre santé et votre bien-être.

- spécialiste en compression et vêtements vasculaires
- sécurité dans la salle de bain et la chambre à coucher
- mobilité: cannes, marchettes, ambulateurs et accessoires
- mise en forme, physiothérapie, réhabilitation, orthèses
- soins des pieds, thérapie chaud/froid, aide à la vie quotidienne
- service à domicile

Apotheca Fourniture Médicale
950, Fleury Est,
Montréal QC H2C 1P5
Tél / Fax : 514-507-9657
www.apotheca.info
visitez-nous sur facebook



Boulangerie Guillaume

PROMOTION: Ensemble de draps gratuit avec lit ajustable valide jusqu'au 31 décembre 2015

MATELAS BOURCK
MANUFACTURIER

733, boul. des Seigneurs,
Terrebonne J6W 1T5
(Voisin de la Caisse Desjardins)

450 471-8929

1 877 471-8929



1199\$
Régulier 1599\$
Rabais de 400\$

Fauteuil auto-souleveur

Modèle L0072, choix de couleurs dans le grade 20



Produits québécois

Plusieurs rabais à notre salle de montage!

Lit ajustable... à son meilleur!

- Problème respiratoire
- Reflux gastrique
- Soulager les maux de dos

www.matelasbourck.com