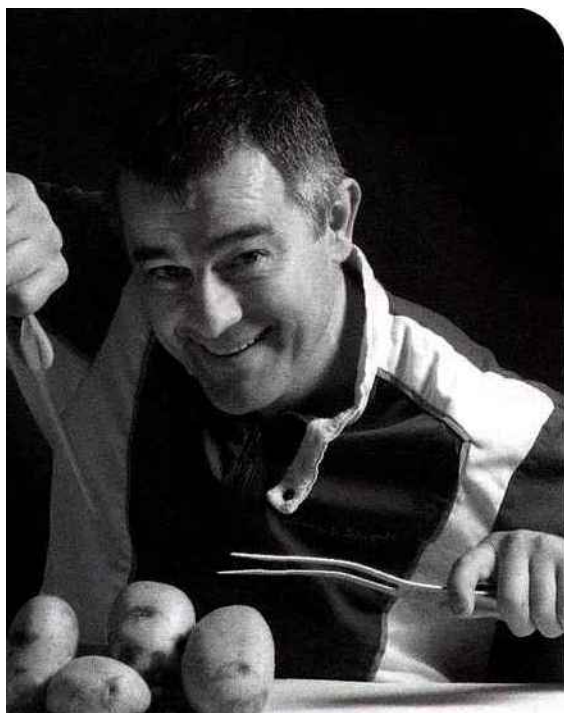


Conviviale attitude



Mousseline de Dolwen du bord de mer

Laurent Bacquer est originaire de Rostrenen. À l'adolescence, il décide qu'il sera cuisinier. À 25 ans, il reprend avec son épouse la crêperie " L'éventail " dans le centre ville de Rostrenen. En 15 ans, il fait de l'établissement un restaurant gastronomique. En plus d'être un cuisinier inventif, Laurent Bacquer est un toqué de la pomme de terre. Et pour sublimer la Dol-



wen, une pomme de terre 100% bretonne, respectueuse de l'environnement, il a créé cette recette de mousseline que vous aurez plaisir à partager (*L'éventail des saveurs*, www.restaurant-eventail-des-saveurs.com, photo : Bernard Galeron).

Cuisson : 25 min

Ingrédients pour 4 personnes : 8 pommes de terre Dolwen, 20 cl de moules marinières, 20 cl de lait entier, 100 g de beurre demi-sel, 1 g de safran, sel, poivre.

Préparation :

- * Faites cuire les pommes de terre en robe des champs, départ eau froide salée pendant 20 à 25 min.
- * Chauffez le lait, salez et poivrez.
- * Épluchez les pommes de terre et passez-les au moulin à légumes.
- * Faites cuire les moules à la marinière.
- * Gardez quelques moules entières. Récupérez le jus et la chair des moules restantes.
- * Mixez le tout.
- * Incorporez à la purée, le lait, le beurre, l'appareil de moules et le safran. Rectifiez l'assaisonnement.
- * Dressez la purée et décorez avec le reste des moules entières.

Minestrone et soupes du monastère



Frère Victor-Antoine, moine bénédictin, vous révèle 200 délicieuses recettes à réaliser au fil de l'année. En octobre, vous pourrez vous régaler d'un brodo alla romana (bouillon à la romaine), d'une soupe savoyarde à la pomme de terre ou d'une soupe autrichienne au céleri (*Éd. Marabout*, 222 pages, 15,90 euros).

Plénitude un mélange d'huile vertueux

Les huiles mélangées dans Plénitude ont été sélectionnées par un comité d'experts pour leur intérêt santé après 50 ans. Elle associe huiles de tournesol, de colza, de cameline, de bourrache et huile marine désodorisée. Tous les composants de la formule sont bio et produits en France (7,95 euros la bouteille de 0,5 l, [Quintesens](http://www.quintesens.com) tél. lectrices, 04-15-57-03-90, www.quintesens-bio.com).



360 recettes minceur



Envie de réconfort, de fraîcheur, d'un petit plat festif... vous trouverez dans ce livre de quoi vous régaler sans passer plus de trente minutes en cuisine. Prendre soin de votre ligne va devenir un vrai plaisir... Œuf cocotte à la marocaine, salade de truite fumée et pomme de terre, saumon farci à la ricotta, pain perdu croustillant à la cannelle... Vous trouverez forcément des recettes qui vous plairont (*Éd. Marabout*, 286 pages, 7,99 euros).