



8

3 ADRESSES POUR se régaler au bord de l'eau

CHIC ET SYMPA

À Nice, le Negresco propose, cet été, une toute nouvelle plage privée, juste en face de l'hôtel. On aime sa décoration à la façon d'un jardin, avec ses oliviers, ainsi que la cuisine de la cheffe Virginie Basselot. Mais on peut aussi y déguster un super sandwich au homard de chez Homer Lobster.

37, promenade des Anglais, Nice (Alpes-Maritimes).

SUR LE PORT

Doté d'une terrasse surplombant le port de l'Arsenal, idéale pour siroter un verre, le Grand Bleu propose aussi une nouvelle carte 100 % italienne, qui met à l'honneur pâtes et pizzas napolitaines. Une cuisine simple et à prix modérés, rares dans ce type de lieu (déjeuner à 22 euros).

Bassin de l'Arsenal, 67, boulevard de la Bastille, Paris (12^e).

FAMILIAL

Posé sur la Seine, Quai Ouest vient de rouvrir après un beau lifting. Sous sa verrière au toit coulissant, on apprécie sa bonne cuisine de brasserie. Mais, surtout, bravo pour le grand barbecue, avec musique live, le mercredi soir, et les animations pour enfants du dimanche midi!

1200, quai Marcel-Cassaut, Saint-Cloud (Hauts-de-Seine).



10

LA SARDINE, PÊCHÉ MIGNON DE L'ÉTÉ

La reine des barbecues s'invite aussi de plus en plus sur des tables gastronomiques, telle celle du triple étoilé rochelais Christopher Coutanceau, 43 ans, fan de ce petit poisson aux qualités insoupçonnées. La première d'entre elles, en ce mois d'août, est de « faire partie des poissons de saison, comme le maquereau, le maigre, le chinchard ou l'anchois ». Ce cuisinier-pêcheur explique dans son récent livre, *Les Saisons de l'océan* (éditions du Lizay), l'importance de ne les consommer qu'en dehors de leur période de reproduction. Et de poursuivre, en vantant l'intérêt nutritionnel de la sardine, riche en oméga-3, en phosphore et en vitamines B3 et B6. Elle est, de plus, à ses dires, « aussi bonne pour la santé que pour le porte-monnaie », avec un prix au kilo allant de 3 à 6 euros. On choisira une sardine à l'œil vif, au corps bien ferme et brillant, et sans taches de sang. Si l'on a tendance à choisir de gros spécimens pour le barbecue, les plus petites se distinguent par une chair plus délicate, comme celles de la conserverie La Sablaise. Côté cuisine, notre expert confie adorer, depuis l'enfance, la manger crue, en prélevant les filets pour les déguster sur une tartine pain-beurre demi-sel, avec quelques gouttes de jus de citron. Au rayon de ses recettes simples figurent les sardines marinées dans de l'huile d'olive et du jus de citron, auxquelles on peut ajouter un peu d'échalotes ciselées, des herbes, voire une pointe de curry. Au barbecue, l'on se contentera de les enduire d'un peu d'huile d'olive, sel et poivre, en veillant surtout à les cuire bien rosées.

9

LA BOUTEILLE DE L'ÉTÉ

Au sud de la Bourgogne, entre Mâcon et Cluny, dans un paysage où l'on devine au loin les roches de Solutré et de Vergisson, les vignes du Château des Bois sont au cœur de l'appellation peu connue de Milly-Lamartine, une commune à laquelle le célèbre écrivain Alphonse de Lamartine, qui en fut maire en 1812, a laissé son nom. Cette histoire a logiquement inspiré la famille Greuzard, à la tête du domaine depuis 2012, pour sa cuvée Alphonse. Structuré et rond, ce chardonnay dévoile, clin d'œil au maître du romantisme oblige, de discrètes notes miellées. Les nuances vanillées et mentholées qu'il tient de son élevage en fûts de chêne en font un choix idéal, en été, pour accompagner une volaille ou du poisson cuit au barbecue.

Alphonse, mâcon-milly-lamartine, Château des Bois, 11,20 €.

