

SAVEURS

LE MAGAZINE DE L'ART DE VIVRE GOURMAND • N°153 • AVRIL-MAI 2007 • 4,80 €

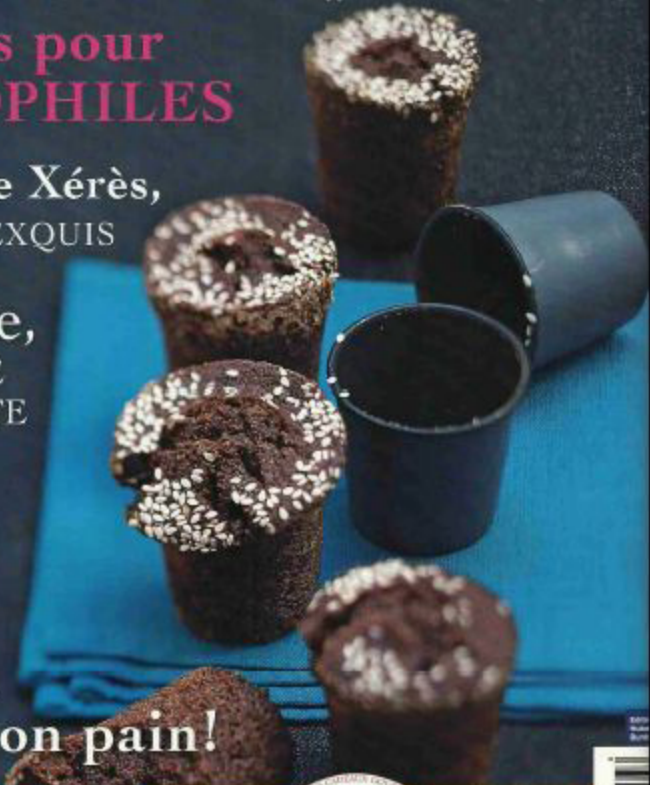
Desserts pour CHOCOPHILES

Vinaigre de Xérès,
UN NECTAR EXQUIS

Le poivre,
UN AMI DE
LONGUE DATE

NÎMES
à l'heure
de la féria

MOI AUSSI,
je fais mon pain!



Portrait
J.-F. PIÈGE,
LE CHANT
SUBTIL DU
CRILLON



Laos
VOYAGE
DANS LE
MONDE
DU ZEN



Invitation
2 ENTRÉES
OFFERTES
DANS CE
NUMÉRO



Le goût du voyage

Trésor d'architecture traditionnelle et coloniale,
Luang Prabang, ancienne capitale royale du Laos,
a conservé son authenticité.

Tout à l'ère Marie-Catherine de Bé. Photographies: Marco Casagrandi

La perle du Laos

Une vision colorée et paisible de l'une des rues menant au Mikong.



A la nuit tombée, la pleine lune éclaire un moment de liesse ponctué par le bruit sourd des tambours qui se répondent l'un à l'autre. Entre deux coups de gong, de jeunes moines font scier du rustique instrument des rythmes poignants. Des envolées de robe coréenne soif, des éclats de rite et des bouculades participent aussi au spectacle, juste en face de l'un des restaurants les plus cois de la ville, l'Éléphant.

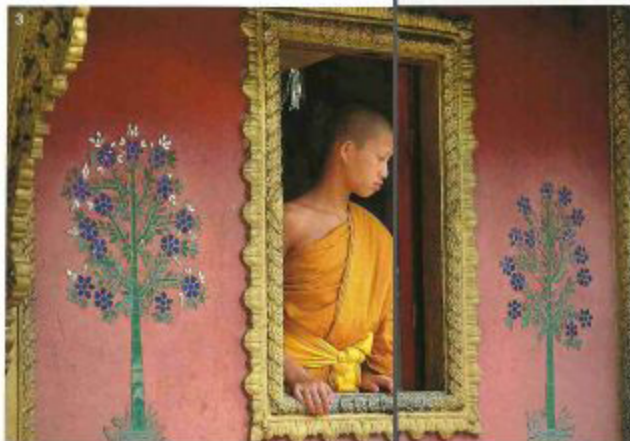
À Luang Prabang, ex-capitale royale du Laos, au confluent du Mékong et de la rivière Nam Khan, la vie des monastères rythme encore les journées. Même si l'immense procession des moines, à six heures du matin, ne s'accompagne plus d'une foule silencieuse de fidèles, Luang Prabang conserve ses allures religieuses et précieuses avec ses maisons coloniales, son palais royal devenu musée et ses tourbillons de marches menant des débarcadères jusqu'aux portes des temples, autrefois uniquement empruntées par le roi et sa suite.

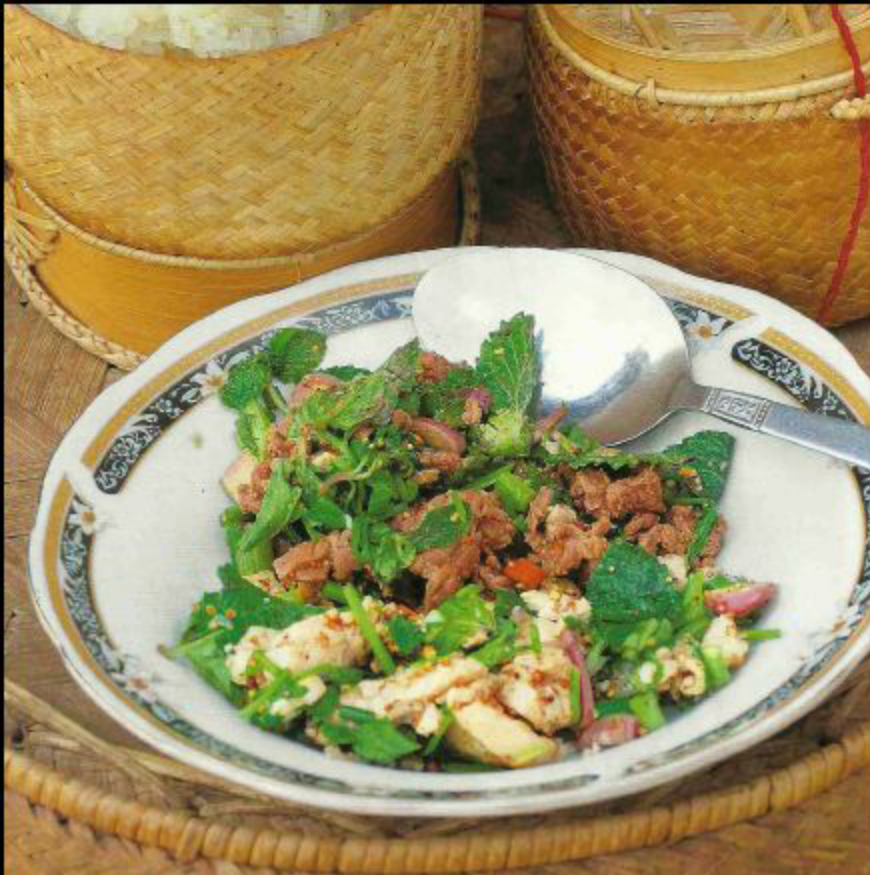
En séjournant quelques jours dans ce lieu classé au patrimoine mondial de l'Unesco, on s'imprègne de la nostalgie de cette région de l'ancienne Indochine. On se promène à pied dans la péninsule, entre les échoppes de fabricants de papier en fibres de mûrier, les ciseleurs d'argent, les vendeurs de soie au mètre, les marchandes de galettes de patate douce. On se recueille dans les temples noyés sous les volutes d'encens, on emprunte une file jusqu'à passer sur la rive opposée ou bien on découvre, lorsque le fleuve affiche ses plus basses eaux, les jardins et potagers éphémères, que les flots recouvrent dès le mois de juillet.

Ici, tout étourne. De l'aube lourde de brumes irisées émanant du fleuve jusqu'au flamboyant coucher de soleil, à 18 h à peine sonnées. Impossible d'échapper au sortilège. Le charme agit : de la contemplation du pêcheur jetant d'un geste élégant son filet, jusqu'aux étals des marchés dressés sur les berges du Mékong et le long des ruelles y aboutissant. Emvoitant mélange de parfums et de couleurs, le marché de Luang Prabang met tous les sens en éveil et ne saurait laisser indifférent, tant



1. Chez un fabricant de papier en fibres de mûrier. On recrute également des fleurs pour faire des motifs.
2. Tous les jours, des processions de moines bouddhistes, accompagnés à leur tige orange, rejoignent les temples.
3. La présence des moines participe pleinement au sentiment de tranquillité qui se dégage dans toute la ville.
4. Le Vat Xieng Thong, qui date de plus de cinq cents ans, est l'un des 60 temples historiques de Luang Prabang.
5. À l'entrée du Vat Hong Sikhunnearang, un magnifique serpent à cinq têtes accueille les visiteurs.





LAAP DE CANARD

Préparation : 30 mn. Cuisson : 10 mn. Pour 4 personnes :

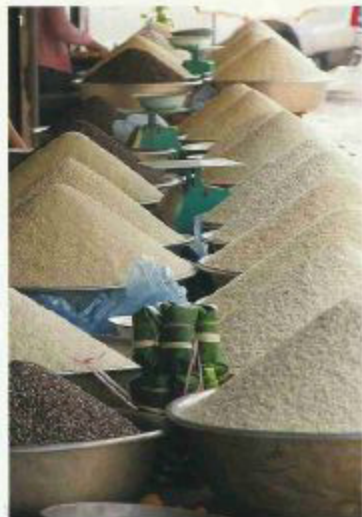
- 1 canard de 1 kg ■ 2 petits piments rouges ■ 2 échalotes ■ 2 gousses d'ail ■ 1 morceau de gingembre (de 5 à 6 cm) ■ 1 oignon vert ■ 1 botte de coriandre ■ 1 botte de menthe ■ 1 tige de citronnelle ■ 1 feuille de lime kaffir ■ 30 g de miel de pain ■ 1 c. à soupe de nuoc mam ■ 2 c. à soupe de riz cuit ■ 1 citron vert ■ Sel

- Faites griller séparément dans une poêle les piments coupés et émincés finement, les échalotes et l'ail hachés, le riz, l'ail émincé, le gingembre râpé, le miel de pain et la feuille de kaffir caillé. Réservez. Emincez la menthe, la coriandre, la citronnelle, l'oignon vert.
- Prelevez à cru le chair du canard. Faites-la sauter sur un grill. Hachez la viande et réservez.
- Dans un grand saladier, mélangez le jus du citron vert, le nuoc mam et la chair de canard. Ajoutez tout ce que vous avez fait revenir et les herbes fraîches.
- Servez immédiatement avec du riz gluant.

Conseil. Le laap se prépare avec de la viande ou du poisson. Le lime kaffir ressemble à un citron vert bouillonné; ses feuilles sont vendues dans les épiceries asiatiques.

- Accompagnez d'un bandoul rouge, Domaine du Pey-Neur.

Une recette de Sylvain Dumontier



1. Évoquer la cuisine lao, c'est inévitablement parler du riz.
2. Un petit creux ? Une petite boulette de riz et soja frits.



3. Le Talat Dalo est le plus ancien marché de la ville. On y trouve aussi bien des produits locaux que des ustensiles de cuisine. Le soir, un marché d'artisanat s'installe devant le musée du Palais royal.

Vientiane, l'endormie

Luang Prabang a vu la vedette à la capitale du pays. Cette ville industrielle mérite néanmoins une bonne journée de visite, à pied, pour découvrir ses maisons coloniales, comme l'ancien consulat de France. Autre site incontournable, le Vat Sisaket, temple royal, avec son cloître et ses stalvates, halabés de bouddhas, son entrecôté où, derrière d'épais barreaux, des milliers de statues attendent une hypothétique restauration, après avoir été décapitées, défigurées, fondues, et surtout témoins de la prise du pouvoir par le parti démocratique populaire lao. Le 2 décembre 1975. Le matin, sur le marché de Thong Keng Kham, on débarralle entre les kiosques colorés d'affiliés aux années, les pyramides de tabac, d'œufs de 100 ans, d'épices, d'osseurs) un savoureux le corvaise, dessert de riz teinté à la châtaigne d'eau ou le (ou noir) levage, amette à la farine de riz, ail et oignon, avant d'aller flâner sur les rives du fleuve.





par la beauté alléchante de ses fruits que par la caractère insolite pour nos papilles occidentales de certains mets que l'on retrouve sur les étals. Rien ne vaut cette balade entre les parasols déployés avec, le soir, en récompense, un repas servi sur une des tables rustiques dressées pour le marché de nuit. On y déguste au crade à crude des poissons pêchés quelques heures plus tôt, grillés sur un feu de bois et un lit d'herbes odorantes, accompagnés de riz gluant présenté dans des petits paniers tressés.



Malgré son histoire chahutée entre rois déchus, colons français, guerres, isolement du reste du monde pendant une vingtaine d'années pour cause de socialisme, Luang Prabang livre ses secrets ensevelis à qui sait prendre le temps et les chemins de traverse. Car même si le système politique est toujours en place, il s'est un peu assoupli, ses dirigeants ayant compris l'intérêt des visiteurs chargés de devises.

Après s'être émerveillé devant les ces, les falences et les bouddhas, on peut avoir envie de changer d'univers. Pour cela, il suffit de se rendre à vélo dans la campagne proche, sur la tombe d'Henri Mouhot, explorateur français découvreur d'Angkor, venu mourir ici des fièvres et enterré près du Mékong qu'il aimait. Cette promenade d'une dizaine de kilomètres aller-retour, sans grande difficulté, révèle des villages de pêcheurs, des scènes rurales, une vie simple que la frénésie de la ville a égarée. On peut aussi décider de partir une journée, à bord d'une embarcation de pêcheur, vers les villages kmengs pour saisir le dénuement de cette poignée d'hommes oubliés mais aussi les ravages que leurs cultures sur brûlis causent à la forêt et aux rives.

Sur les bords de ce fleuve voie de communication fabuleuse pour ce pays privé de façade maritime, Luang Prabang offre une image moins lisse qu'il n'y paraît, et tente de réconcilier ses posés, de se construire un avenir en préservant, espérons-le, les richesses qui font de ce site un lieu véritablement unique.

1. Sur le marché, on trouve aussi de succulentes spécialités cuisinées, à déguster directement sur place ou à emporter.
2. La coriandre, la menthe et le citronnelle sont les trois ingrédients clés qui donnent à la cuisine lao sa touche particulière.
3. Protégés du soleil par de jolis parasols, les étals se succèdent et débordent de produits frais aux couleurs vives.
4. Le rythme particulièrement calme de la ville et de ses habitants surprend toujours agréablement les touristes.
5. Mi-sauil, la Songkran, ou fête de l'eau, marque le début des festivités du Nouvel an lao.



Laos

Sérénité et ambiance zen au programme.



Les 3 Nagas, une boutique-hôtel composée de deux maisons qui ont un charme fou.



La Résidence Phou Vao domine la capitale et évoque une ambiance qui incite au calme.



La Maison Souvannaphoum abrite un spa de rêve et un restaurant inoubliable.

Pratique y aller Pas de vol direct depuis la France mais Vietnam Airlines propose des vols pour Hanoi assurés avec correspondance avec Vientiane. À partir de 730 € TTC. Rens. : 01-44-55-39-90. **Se renseigner** Pas d'office du tourisme de Laos, une ambassade, mais pauvre en documentation. 4, av. Raymond Poincaré, 75016 Paris. Tél. : 01-45-53-02-98. ambaloaaris@wanadoo.fr. Visa délivré sur place à l'arrivée. Le Laos s'est progressivement ouvert au tourisme, mais certaines régions restent difficiles d'accès pour un voyageur seul. D'où l'intérêt de s'adresser à un organisme comme Asia, spécialiste de la destination, qui monte des circuits sur mesure. Ads : 01-44-41-50-10. www.asia.fr

LES HÔTELS

Vientiane

SETTHA PALACE

6, Pang Nuan Road. Tél. : (856) 21 212 581-2. Membre du groupement d'hôtels Legend d'Indochine, cet authentique palace a été entièrement rénové pour mettre en valeur son architecture de style colonial. Un grand jardin, une belle piscine, un personnel stylé sont des atouts non négligeables pour cet établissement situé dans le centre de la capitale. 29 chambres (tenues). À partir de 120 € en basse saison, 150 € en haute saison.

GREEN PARK

248 Khovading Road. Tél. : (856) 21 263 063. www.greenparkvientiane.com Un hôtel tout neuf, à destination à la fois contemporaine et traditionnelle. Spa, bon restaurant (à partir de 7 €), 34 chambres (à partir de 30 €). Bon bain sauné avec petit déjeuner, 120 € en haute.

Luang Prabang

RÉSIDENCE PHOU VAO

Colline des cerisiers-Vientiane. Tél. : (856) 71 212 134. www.vientiane-express.com

Membre de la chaîne Orient Express. Vue dominante sur Luang Prabang. Chambres exquises. Le seul vrai spa de la ville. Excellent restaurant (32 chambres et 2 suites). À partir de 160 €.

LA MAISON SOUVANNAPHOUM

Rue Chao Pa Ngum, Banthabang. Tél. : (856) 71 254 008. www.duonong.com

Or membre de la chaîne Calsons of Angkor est affilié aux hôtels Banyan Tree. Il s'agit de l'ancienne résidence du Prince Souvannaphoum. Les rives du Mékong, les principaux temples et le marché de nuit sont accessibles à pied. Le jardin et la piscine sur lesquels ouvrent toutes les chambres assurent une réelle sérénité (16 chambres, 4 suites). À partir de 155 € en basse saison, 180 € en haute saison.

SATRI HOUSE

057 Phothsath Road. Tél. : (856) 71 253 491-2. www.satrihouse.com

Notre coup de cœur : un lodge style boutique-hôtel, avec une piscine, qui a été conçu dans une maison précoloniale 1900, ancienne résidence de Souphanouvong, surnommé le Prince Rouge. Un colonial, objets de collection, petit déjeuner servi sous une tonnelle. (A voir adresse de charme (5 chambres). À partir de 90 €, 100 € avec petit déjeuner (-30% en saison basse). On peut également privilégier toute la maison pour 600 €.

LES TABLES

Vientiane

NADAO

Phouasay. Tél. : (856) 21 213 174. naoao@loggia.com Incontournable. Il s'agit du meilleur restaurant de la capitale du Laos. Son chef, lui, a filé ses

ZOOM

Shopping à Luang Prabang

• **ESTHÉTIQUE BOUJHA ANTIQUE**
KHOUE, 26/27 Ban Visoune.
Tél. : (856) 71 212 326-2. Dans une maison coloniale antéposée, bijoux, tissus, photos, objets, belles reproductions. De 8 h 30 à 19 h.

• **LAO HANDICRAFT SHOP** Mamade Meena, Fa Ngum, Ban Vatthai.
Tél. : (856) 71 253 445. Vanneries, outills, instruments de musique anciens, Prix rabotables.

• **SA HANDICRAFT SHOP** Ban Xiangthong, à côté du Wat Xiangthong. Tél. : (856) 71 212 548. Papier mûrier en abat-jour, cahiers, grandes feuilles.

• **AMÉLON DE JADE**, Ban That Luang, Boutique de Patricia Bleton, formé à l'école du Louvre. Des objets et des tissus rares. Bon rapport qualité/prix. Antiquités, bijoux, sale en tentures naturelles.

Bouddhas et bouddhas

Il est strictement interdit de rapporter des bouddhas anciens. On rencontre quatre types de bouddhas au Laos : lao, thaï, khmer et birman.

BOUDDHA LAO - fleur de sur le crâne, boucles formées de droite à gauche, cheveux raides sur le front. Nez pointu. Écharpe large s'étirant à la taille. Bras et jambes couverts. Doigts de la même longueur pour signifier l'égalité de l'âme.

BOUDDHA THAI - fleur de lotus sur le crâne, boucles de gauche à droite, cheveux en V sur le front. Menton rond. Poitrine comme celle d'une femme. Écharpe s'étirant sous le nombril. Bras et jambes fins. Doigts fiabiles à la réalité.

BOUDDHA KHMER - chignon et nez très épais.
BOUDDHA BIRMAN - toujours une coiffe ou une couronne.



LES TROIS NAGAS

Sakkarine road. Tél. : (856) 71 253 749. www.3nagas.com

Le meilleur restaurant lao de Laos. Ambiance dans les rouges, lumière douce, serveurs stylés. Réappropriation de la cuisine lao de qualité. Tout est à goûter à la barre, à apprécier. Menu d'égoutte à partir de 10 €.

THE APSARA

Ban Vat Sene, Thamee Kengthorah
Tél. : (856) 71 212 426.

Au bord de la rivière Nam Khan, un lieu parfait pour grignoter à midi et boire un verre le soir. À partir de 8 €.

SALA PRABANG CAFE

Quai Ouakham, Keng Mouane.
Tél. : (856) 71 254 682.

Au bord du Mékong, ce restaurant vient d'être repris par le grand chef du Nadas, à Vientiane. Menu à volonté sur de la terrasse. Déjeuner : environ 8 €. Dîner : environ 15 €.

CHEZ LOUIS

Quai Ouakham, Keng Mouane.

Gargote jouant le restaurant précédent, sur la rive du Mékong que l'on surplombe. On y déguste tous les plats laos dont le *steep* sous toutes ses formes. Environ 3 € le repas.

CAFÉ BAN VAN SENE

Rue Sakkarine, face à l'école.

Les rendez-vous de ceux qui vent d'une halte au thé, café et moelleux sandwiches. Les Français expatriés s'y retrouvent le samedi matin.



Dîner dans la Phouasay Boutique, c'est une plongée directe dans le passé.



Le chef de Phouasay a su marier recettes internationales et produits locaux.

SAVEURS

Quinquebine



SAVEURS

Sablés diamants



SAVEURS

Riz gluant au lait
de coco et mangue



SAVEURS

Amok de poisson
au lait de coco

