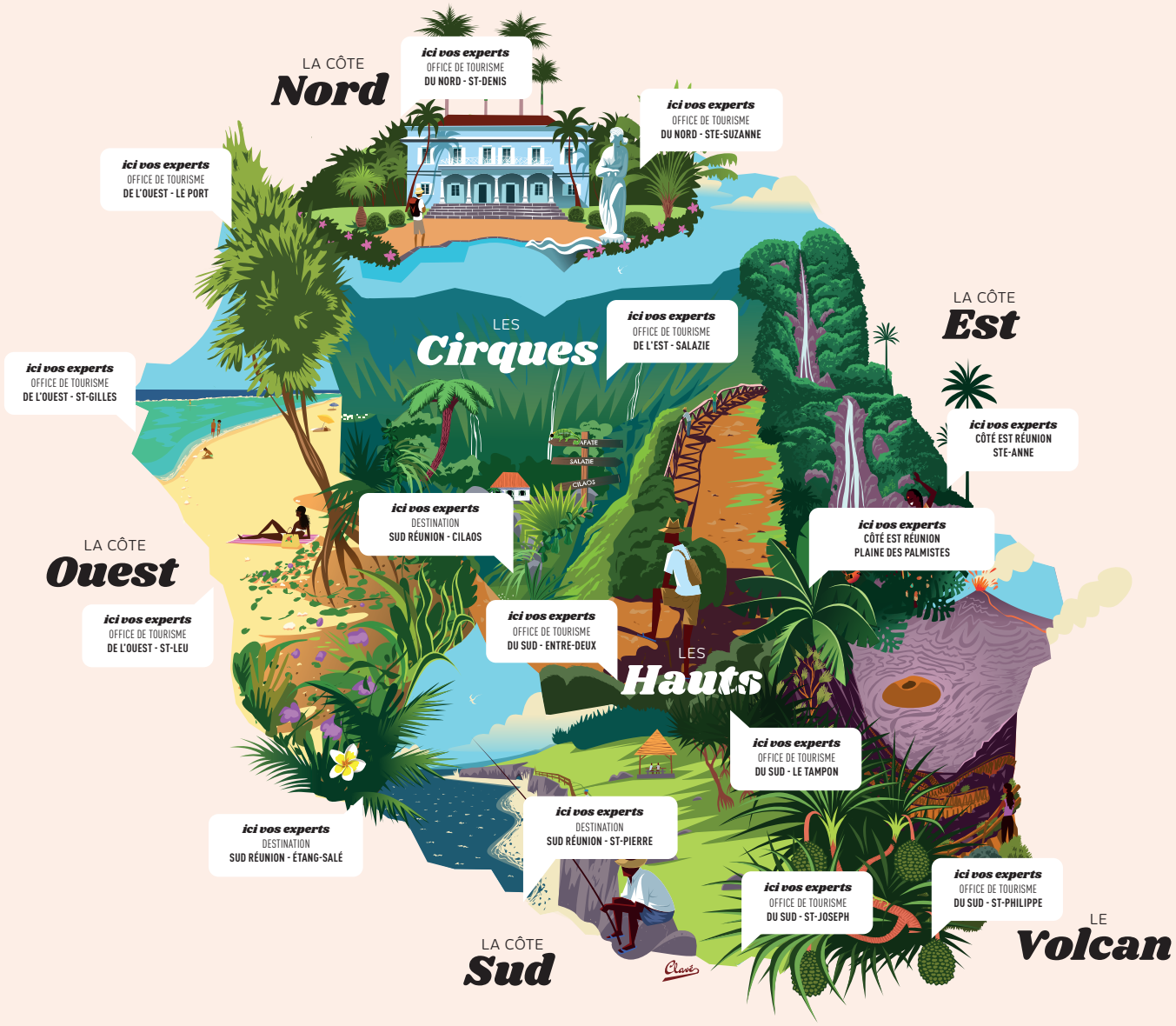
#EXPLORE

LA RÉUNION LE MAGAZINE DES OFFICES DE TOURISME

Nº. 15


LA CÔTE
Nord
ici vos experts
OFFICE DE TOURISME
DU NORD - ST-DENIS
ici vos experts
OFFICE DE TOURISME
DU NORD - STE-SUZANNE
ici vos experts
OFFICE DE TOURISME
DE L'OUEST - LE PORT
LES
Cirques
ici vos experts
OFFICE DE TOURISME
DE L'EST - SALAZIE
LA CÔTE
Est
ici vos experts
OFFICE DE TOURISME
DE L'OUEST - ST-GILLES
ici vos experts
CÔTÉ EST RÉUNION
STE-ANNE
SALAZIE
CILAOS
ici vos experts
DESTINATION
SUD RÉUNION - CILAOS
ici vos experts
CÔTÉ EST RÉUNION
PLAINE DES PALMISTES
LA CÔTE
Ouest
ici vos experts
OFFICE DE TOURISME
DE L'OUEST - ST-LEU
ici vos experts
OFFICE DE TOURISME
DU SUD - ENTRE-DEUX
LES
Hauts
ici vos experts
OFFICE DE TOURISME
DU SUD - LE TAMPON
ici vos experts
DESTINATION
SUD RÉUNION - ÉTANG-SALÉ
ici vos experts
DESTINATION
SUD RÉUNION - ST-PIERRE
ici vos experts
OFFICE DE TOURISME
DU SUD - ST-JOSEPH
ici vos experts
OFFICE DE TOURISME
DU SUD - ST-PHILIPPE
LE
Volcan
LA CÔTE
Sud
Clavé

Sommaire

09
5 BONNES RAISONS DE...
Déjeuner en table d'hôtes

04
DOSSIER
Les produits d'exception font la règle

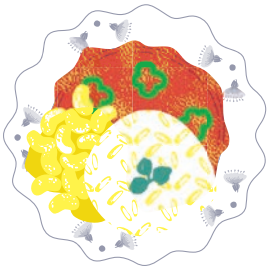
10
ÇA VIENT DE SORTIR
Quoi de neuf pour les gourmets?

12
PORTRAITS
Étoiles montantes de la gastronomie créole

16
COUP DE CŒUR DES EXPERTS
Et les nommés sont...

18
C'ESTMONJOB
Créer du chocolat artisanal et local

20
GASTRONOMIE PÉÏ
En cuisine avec Fabien Rocheville



26
ZOT I SOUVIEN
Les gâteaux de Mémé

25
CONSEILS DES EXPERTS
Nos idées d'encas pour vos randos

24
ETYMOLOGIE
Des mets et des mots

Explore La Réunion magazine
trimestriel N°15 - avril 2024 - ISSN en cours
Direction de la publication : Christian Loga
Coordination : Laure Desauger - Laetitia Dumont
Rédaction : Marianne Renoir
Direction artisitique et graphisme, illustration : Pascal Peloux (Monday)
Illustration carte Réunion : Clavé
Impression : Icp Roto - Impression Inoprint - DL : 24.04.107P
Crédit photos : Gwael Desbont // René Falcon // Sabine Weiss // Lionel Ghighi // photo d'archive.

Toute reproduction même partielle est interdite. Ce magazine a été cofinancé par l'Union Européenne et la Région Réunion.
L'Europe s'engage à La Réunion avec le Fonds Feder.

LES PRODUITS d'exception FONT LA RÈGLE

Café, vanille, rhums*... la réputation de certains produits phares de La Réunion n'est plus à faire. D'autres, plus confidentiels, se destinent au même succès national et mondial, grâce à la qualité du terroir réunionnais et à des producteurs investis.

(*) L'ABUS D'ALCOOL EST DANGEREUX POUR LA SANTÉ À CONSOMMER AVEC MODÉRATION

VISER LE MARCHÉ *international*

On pourrait écouter des heures Maximilia Vitry nous parler du café Bourbon pointu, dans la fraîcheur de Notre-Dame-Des-Champs. La Saint-Leusienne a fait partie de la première vague d'agriculteurs à tester, durant 5 ans, cette variété de café aujourd'hui prisée dans le monde entier. Mais pourquoi plaît-elle autant ? Une altitude et un climat bien spécifiques, la récolte manuelle grain par grain, une torréfaction maîtrisée, un faible taux de caféine (entre 0,4% et 0,8%), une absence d'amertume et une légère acidité sont autant de facteurs. Et puis ce goût si doux et complexe : **des notes d'agrumes et, en fin de bouche, de cacao.** Comme 50 autres agriculteurs, Maximilia Vitry est membre de la Coopérative Bourbon Pointu qui commercialise **du grand cru.** Une sélection rigoureuse est effectuée par **un jury dégustateur** formé par le Cirad. C'est d'ailleurs un spécialiste du café missionné par le Cirad, Frédéric Descroix, qui a accompagné les pionniers du Café Bourbon pointu. L'homme aujourd'hui décédé a transmis son savoir mais, surtout, une philosophie. "*Il travaillait avec amour,* se souvient l'agricultrice. *On est devenus comme lui*".

Aux Colimaçons, nous rencontrons Katiuscia et Olivier Payet, tout juste rentrés du Salon de l'agriculture. L'événement parisien arrose l'île chaque année de titres, décernés entre autres **aux rhums de Rivière du Mât,** qui ajoute 2 médailles à sa belle collection. Les fondateurs de **la Bananeraie bio** de Bourbon proposent, eux, des produits moins classiques : **des confitures faites à partir de bananes bio ou encore de la farine de banane.** "*C'est un produit que j'ai simplement remis au goût du jour,* explique Katiuscia. *À Madagascar, d'où je viens, nous en mangeons en bouillie*". L'idée de transformer la production est née suite aux dégâts causés par plusieurs cyclones. Une prise de risque qui a payé. La lauréate du Challenge des Créateurs en 2011 s'est vu décerner le prix Talents Gourmands en 2018 et celui de Energie Environnement en 2023. Leurs confitures ne sont pas en reste: médaille d'or et prix de la réalisation à la Foire de Bras-Panon, médaille de bronze au Concours agricole pour leur confiture papaye-passion et **médaille d'or des confitures des Outre-mer** pour la confiture banane tangor en 2023. Avec l'aide du Club Export, le couple vise désormais le marché belge et suisse.

A faire en +

Visiter la distillerie de la Rivière du Mât pour découvrir l'histoire de l'entreprise, les rhums primés et les autres. Les visites, sur rendez-vous, se terminent par une dégustation.

POUR EN SAVOIR PLUS

LA BANANERAIE BIO

Zarlor atelier de cuisine créole revisitée

Café Bourbon pointu: au programme, visite de la plantation de café Bourbon pointu à la Café-Hier, cueillette dans le jardin suivies d'un atelier culinaire (entrée / plat / dessert) animé par le chef Olivier Modély et d'un déjeuner. Dates : 11 mai et 6 juillet 2024.

LA CAFÉ-HIER - 0692 82 87 67
12, SENTIER ROULIN DANS LES HAUTS - SAINT-LEU

SAINT-PHILIPPE

LA VANILLE BLEUE

Le secret des grands chefs

La luxueuse marque **Louis Vuitton** l'avait mise à l'honneur, l'an dernier, dans quelques-uns de ses chocolats de Pâques. Julien Alvarez, chef pâtissier de **Ladurée,** remportait quant à lui le concours de la meilleure bûche de Noël en l'ajoutant à sa bûche noisette La vanille bleue, 3 médailles d'or au Superior Taste Award en 2016 et lauréate du Crystal Taste Award en 2018, est devenue le petit plus de Julien Dugourd, Lionel Guiraud et d'autres chefs parmi les plus exigeants. Derrière cette success story, on retrouve **Nicole Leichnig,** d'Escale Bleue. En 2013, **le procédé unique au monde** qu'elle a mis au point est breveté. Sa philosophie est toute : conserver la vie dans la gousse et tout consommer. Après une récolte sélective, la préparation des gousses est bien spécifique, longue et minutieuse. La vanille de cette disciple d'Escoffier a **2 ans d'âge minimum** et renferme une puissance aromatique prisée dans le domaine de la gastronomie. Seule **"entreprise du patrimoine vivant"** de l'île dans l'univers végétal, Escale Bleue se visite et dispose d'une boutique. Inutile, donc, de se réserver un billet d'avion et une table étoilée pour en déguster.

ESCALE BLEUE

SAINT-ANDRÉ

L'ITALIE MADE IN RÉUNION

"Faire honneur à la pizza"

Davy Virapin en est certain: sans son épouse, sa famille, ses camarades et ses employés, il n'aurait jamais pu avoir un tel parcours. Le Saint-Andréen de 37 ans met un point d'honneur à travailler avec des personnes partageant le même goût du travail bien fait et la même envie de faire rayonner l'île. Sa particularité : avoir choisi une spécialité italienne. Ce **créateur de pizzas** réunit en effet les deux territoires dans des préparations aussi classiques, que gourmandes voire inédites.

Formé chez Jean-Jacques Despaux, il régale une clientèle fidèle et enthousiaste depuis 2007 dans son **restaurant trattoria.** Il fait aussi le bonheur des papilles des jurés. En 2014, Davy Virapin devenait **vice-champion de France Pizza in Teglia** avec une proposition sucrée-salée aux sarcives et à l'ananas. Classé également **10e mondial en 2015** avec une création aux saveurs de bœuf mariné, de brèdes, de cacao, de miel sésame/soja... le pizzaïolo ne cesse d'innover. L'an dernier, il proposait **un trompe l'œil à la langouste, au caviar et à la passion** à Lyon. "*Je ne parviens pas à faire comme tout le monde, je ne vibre pas*", confie cet amoureux des bons produits. "*Il faut dissocier la pizza de la malbouffe, c'est un plat qui peut être tout fait équilibré*".

DAVY PIZZA

MIEL DE BOURBON

Une texture unique

Sa texture, voilà ce qui distingue Miel de Bourbon des autres productions et qui a longtemps obsédé son fondateur. Apiculteur depuis 2007, Magdi Fridman a parcouru le monde pour se former. Le miel qu'il a mis au point a nécessité des années de recherches. Le Miel de Bourbon est **crémeux,** supporte les conditions climatiques tropicales. Il est stable, tout en étant **facile à déguster et complexe en bouche.** "*Pour moi, le miel est le cousin du vin*", estime-t-il.

A chaque édition du Concours agricole, le miel péi rencontre un vif succès: les **5 médailles, dont 3 en or,** obtenues en 2024, complètent une collection qui ne cesse de s'étoffer (1 médaille en 2022, 2 l'année suivante).

Madgi Fridman cultive en bio depuis toujours et crapahute dans les forêts préservées de l'île pour y escorter ses abeilles 3 à 4 fois par an. 500 colonies qui butinent, selon la saison, **du Fleurs jaunes, du Jouvence, de l'Eucalyptus ou encore du Tan rouge,** le fameux miel vert. Si le choix de l'essence et de sa localisation y est pour beaucoup, le travail des abeilles et du producteur l'est encore plus. "*Il faut être polyvalent, être à l'écoute de ses abeilles, de ce qui nous entoure,* ***avoir un certain feeling*** *mais aussi être une sorte de technicien de l'abeille,* répond l'apiculteur interrogé sur les compétences requises. *Créer du miel comporte une grande part d'inconnu*".

MIEL DE BOURBON

UN DÉJEUNER EN TABLE D'HÔTES : 5 BONNES RAISONS POURQUOI VOUS DEVRIEZ VOUS LAISSER TENTER !

Voici 5 bonnes raisons de se tourner vers une table d'hôtes pour se régaler.

L'île regorge de restaurants, des plus traditionnels aux plus innovants, et accessibles à différents budgets. Elle est aussi le royaume des tables d'hôtes, une alternative conviviale et authentique, où il est, de plus, possible de dormir si on le souhaite.

1. Échanger avec les gérants

Si chaque table d'hôtes est différente, c'est en partie parce qu'elle sont toutes tenues par des personnes uniques, dont le parcours, la personnalité et les valeurs ne sont jamais tout à fait les mêmes. Ces singularités se ressentent dans l'accueil, la décoration des lieux, le service, et bien sûr, dans les plats. Vous ne vivrez ainsi jamais la même expérience d'une table d'hôtes à une autre. Souvent, un brin de causette est offert par la maison, avant, après ou même pendant le repas.
Vous serez captivé par l'histoire des gérants !

2. Connaître les produits

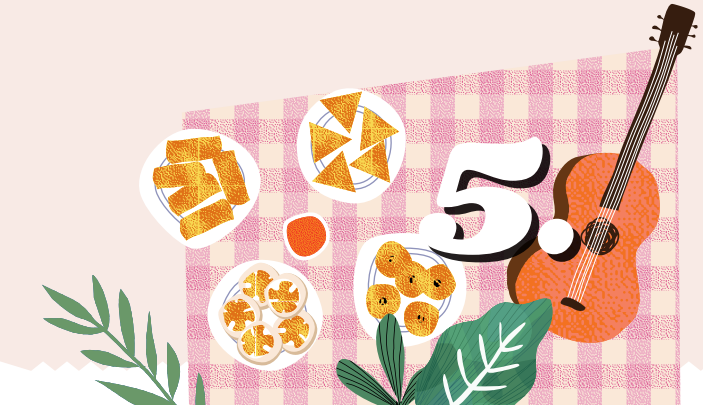
A l'heure où des produits peuvent parcourir des milliers de kilomètres avant de finir dans notre assiette, avoir directement accès à des producteurs ou des transformateurs de produits est une véritable chance.
Les ingrédients qui composent les plats viennent le plus souvent de l'exploitation. Une petite visite permet de voir dans quelles conditions sont cultivés les légumes, élevés les animaux.

3. (Re) découvrir les spécialités créoles

Goûter pour la première fois à un cari de pommes en l'air, se rappeler des saveurs d'un bon cabri massalé zantacs, manger dans une feuy banane un bon baba figue boucané... Les tables d'hôtes sont bien connues pour mèt en lèr la cuisine créole traditionnelle et, pour nombre d'entre elles, les fruits et légumes lontan. Des saveurs que l'on a pu, parfois, oublier ou que l'on n'a même jamais connues. D'autant plus que chaque établissement a souvent sa petite spécialité !

4. Soutenir les petites structures

Souvent, il y a Madame et Monsieur. Parfois, les enfants donnent un coup de main ou reprennent l'affaire quand les parents partent à la retraite. Quoiqu'il en soit, ce sont souvent deux personnes ou une toute petite équipe qui tiennent à bout de bras leur établissement. Des Réunionnais passionnés par leur métier et notre patrimoine, qui mettent tout leur coeur dans leur structure. Quand vous passez prendre un petit gazon d'riz chez eux plutôt qu'ailleurs, vous contribuez à faire vivre cette structure.



5. Vivre un moment de convivialité

Au-delà des savoureux plats traditionnels, la convivialité et la découverte sont les maîtres mots des tables d'hôtes. L'ambiance est détendue, propice aux discussions avec les autres clients. Il faut dire que les propriétaires font leur maximum pour mettre à l'aise tout le monde. L'un va prendre la guitare, un autre va kasser la blag'. On se sent bien, presque chez soi.

QUOI DE NEUF POUR LES GOURMETS?

Le monde de la restauration ne cesse de bouger. De nouvelles adresses de restaurants ou tables d'hôtes s'ajoutent régulièrement au répertoire des gourmets jamais rassasiés. Bonne dégustation !

UNE FAMILLE BIEN ENRACINÉE

Dans la famille Lauret, tout le monde met la main à la pâte. Sur leur exploitation de 8 hectares, Alix et Jacqueline travaillent aux côtés de leurs 3 enfants: Jérôme, l'aîné, Constance, la cadette, et Alexis, le benjamin. **Leur spécialité: les tubercules.** Pomme de terre, patate douce, songe, manioc poussent et sont cultivés avec soin non loin des choux, choux-fleurs, haricots, et de quelques pieds d'agrumes. Des produits proposés à **la vente directe ou transformés** par les enfants. Et depuis novembre, il est possible de **les déguster à la table Ti Auguste!** Aux menus (2 au choix): caris traditionnels, plats d'inspiration asiatique, gâteaux péi, boissons... À noter que la structure s'adapte aux intolérances alimentaires de chacun. Une nouvelle adresse incontournable, pour la vue imprenable sur la baie de Saint-Paul jusqu'au Port, pour les bons plats et pour l'accueil.

Réservation conseillée une semaine avant, groupe de 10 pers. environ

TI AUGUSTE - 0692 52 05 55 - 289 CHEMIN FEOGA N°2, PETITE FRANCE, SAINT-PAUL

"TOUJOURS FAIRE MIEUX DEMAIN"

Leur visage, leur nom vous dit quelque chose... Sans doute les avez-vous aperçus à l'Atelier des Saveurs, à Cilaos, ou à la Guinguette à Mare Longue. C'est dans l'Est, à Bras-Panon, que **Pauline Eymere et Grégory Gach** ont remis le couvert. Cette fois, cet attachant et pétillant couple officie dans son propre restaurant. Un rêve devenu réalité et à leur image: **absolument tout est fait maison** par eux ou par **des artisans locaux,** des plats aux porte-menus en peau de chouchou. Ce qui compte, ici, c'est **la passion et l'envie de faire toujours de son mieux,** chaque jour un peu plus. Malgré leur parcours semé d'étoiles, Pauline et Grégory s'effacent humblement derrière les produits, d'une grande qualité, et des producteurs, qu'ils s'évertuent à honorer dans leurs plats aux saveurs péi. **Leur amour des autres** est le moteur de leur perfectionnisme. Pauline et Grégory vous proposent un **menu découverte** ou **un menu dégustation en 5 temps,** pour lequel vous ne choisirez pas. Faites confiance au chef, vous ne le regretterez pas!

BAL LA POUSSIÈRE - 0262 47 31 88 - 32 CHEMIN DE L'USINE, BRAS-PANON

A faire en +

Un atelier de tressage de vacoa, le mardi, mercredi ou samedi matin chez Mme Payet, à Bras-Panon.

DU CURCUMA, OU PRESQUE !

Tapi dans la végétation d'Etang-Salé-Les-Hauts, le surprenant Papangue Hôtel et Spa 4* a été fraîchement inauguré mi-mars, son restaurant Curcuma également. Des noms on ne peut plus locaux, qui annoncent la couleur et les valeurs de l'établissement : proximité avec la nature, respect de ce qu'elle nous offre, valorisation de l'île, et raffinement. Le chef et son équipe se plaisent à sublimer les épices et autres pépites du terroir du Sud. Tout comme à mettre vos sens en éveil voire à les tromper ! Vous vous laisserez surprendre par **le curcuma trompe l'œil,** aussi bien **à la carte** que dans **la formule demi-pension.** Envie de profiter du Papangue dès le matin ? Le restaurant vous accueille également pour le petit déjeuner.

A faire en +

Découvrir la pépinière Hibiscus bénéficiaire de la marque Esprit Parc national, guidé par un passionné et spécialiste des plantes endémiques et médicinales. Le site dispose d'un accès PMR.

CURCUMA RESTAURANT, HÔTEL PAPANGUE - 0262 81 88 14 - 26 CHEMIN DE LIGNE, ETANG-SALÉ-LES-HAUTS

A faire en +

S'offrir quelques grillades au Gadjak si vous n'avez pas envie de cuisiner. Le restaurant sert aussi des plats créoles, de la viande et du poisson frais.

DES GRILLADES AU CHALET?

Dans la fraîcheur de l'Entre-Deux, **un charmant petit chalet de 40 m², ** meublé et équipé, accueille les visiteurs venus flâner en centre-ville ou affronter des sentiers. La location est idéalement située à deux pas de tout, permettant **de parcourir le village à pied** ou encore de se lancer sur **la piste du Zèbre.** Pouvant accueillir jusqu'à 4 personnes, le Ti Palissandre dispose également d'une vue sur mer, d'une terrasse et d'un jardin. Mélanie et Cédric ont aussi pensé à mettre un barbecue à votre disposition. Parfait pour profiter des beaux jours en extérieur, sans se priver de **l'ambiance de montagne.**

◀ POUR EN SAVOIR PLUS

TI PALISSANDRE - 06 93 85 06 86 / 06 93 85 79 07
1 ALLÉE DES FOUGÈRES, ENTRE-DEUX

ÉTOILES MONTANTES
de la gastronomie créole

Stars d'émissions télé culinaires, plébiscités par les critiques comme par leurs mentors... La nouvelle génération de chefs réunionnais met l'île en lèr au travers de leurs plats et desserts créolonomiques.

ULRICH PAYET,
un destin tout tracé

L'Atelier Palmiste Rouge

Ulrich Payet ne s'est jamais demandé ce qu'il allait faire plus tard. Depuis toujours, il a su qu'il travaillerait le palmiste, comme son père. Le palmiste rouge, plus précisément.

Au Tremblet, seuls les vagues et quelques oiseaux se font entendre. C'est dans ce village de Saint-Philippe qu'a grandi Ulrich. **Papa cultive le palmiste,** pépé était un des pionniers dans cette culture. Ulrich a donc appris, en famille, à travailler ce produit et à cuisiner. **Autodidacte,** il s'inspire aussi des recettes de Christian Antou.
S'il régalait déjà les camarades, l'aîné de la fratrie se met véritablement à cuisiner, pour sa famille, lorsque sa mère tombe malade.
BPREA* en poche, il ouvre son restaurant, il y a 2 ans. L'exploitation de son père, juste derrière, lui garantit des palmistes frais tous les jours. Sa sœur Mathilde fait aussi partie de l'aventure.
Pourquoi le palmiste rouge en particulier? "*D'abord, parce qu'il est endémique,* répond Ulrich, *et puis pour* ***ce petit goût de noisette*** *qui le rend meilleur. À condition de bien maîtriser la préparation*".
Celui qui a été obtenu 2 Fourchettes d'Or par le guide Kaspro souhaite désormais agrandir le restaurant mais aussi œuvrer **en faveur d'une formation en cuisine créole** dans les écoles professionnelles, pour que la cuisine traditionnelle soit au moins enseignée aux Réunionnais et qu'elle ne se perde pas.

ATELIER PALMISTE ROUGE - 0693 88 09 59
57C ROUTE NATIONALE DU TREMBLET, SAINT-PHILIPPE

*Brevet professionnel responsable d'entreprise agricole

JOFRANE DAILLY,
le goût des autres

Diana Dea Lodge & Dailly's Burger

Chef de l'hôtel 5 étoiles le Diana Dea Lodge et du Dailly's Burger, Jofrane Dailly concocte aussi les plats de la classe business d'Air France et offre ses services de conseil culinaire. Le dynamique chef ne cesse d'apprendre pour satisfaire toujours mieux ses clients.

"*Je pense qu'à 19 ans, je ne savais même pas faire un rougail tomates*", s'amuse-t-il. Ado, Jofrane Dailly, fils de cuisinier, préférait dévorer des burgers. Il finit par se former puis à travailler en pâtisserie. C'est par ce biais, dans l'établissement où il exerce, qu'il apprend la cuisine. En 2007, ce "gars la kour" de l'Eperon rentre dans l'île. "*Mon père est décédé. J'ai eu comme un déclic, pris conscience de l'importance de la famille*". Ses meilleurs souvenirs; il les a d'ailleurs toujours vécus autour d'un bon repas familial.

A son tour, Jofrane Dailly cherche à provoquer des émotions au travers de sa cuisine. Une cuisine "***métissée, moderne mais pas revisitée***". Le chef un peu fougueux à ses débuts est aujourd'hui plus apaisé et va à l'essentiel. "*Ma plus grande fierté, c'est de me dire que je peux faire un homard avec un bouillon larson*", confie le Chef de l'année 2019 par le guide Kaspro. Une autre est de réussir à proposer **des burgers et salades de chef accessibles** à tout le monde.

Une salade césar surmontée d'un œuf parfait, un burger au homard ou au magret, du pain et des sauces maison...pour une dizaine d'euros seulement.

Jofrane ne peut pas parler de son parcours sans mentionner tous ceux qui l'ont inspiré - Marc Chappot, Benoît Vantaux et Philippe Agesidame - et ceux qui l'entourent: l'équipe du Diana Dea Lodge, celle du Dailly's Burger, les producteurs, les artisans... **Une sorte de deuxième famille** qui continuera sans aucun doute à le soutenir dans son projet le plus cher: inaugurer, un jour, son propre restaurant gastronomique.

Ⓐ **DIANA DEA LODGE** - 0262 20 02 02 - 94 CHEMIN HELVETIA, SAINT-ANNE // **DAILLY'S BURGER** - 0692 59 81 91 - PARC DU COLOSSE, SAINT-ANDRÉ

JULIEN LEVENEUR,
"le passé pour avancer"

Pâtissier

Champion de France du dessert en 2022, Julien Leveneur impressionne à chaque fois par sa maîtrise technique et esthétique. Le pâtissier apprécie pour autant les choses les plus simples. Son dessert préféré ? Le flan pâtissier.

Il y a comme un air de boutik lontan chez Julien Leveneur. Une boîte de café Lion en tôle, une balance ancienne et bien d'autres objets péi. L'amour du pâtissier pour son île est encore plus flagrant dans ses créations : un car courant d'air ou des cacahuètes en chocolat, un gâteau ti son en forme de moulin à maïs…**le patrimoine créole est sa source d'inspiration.** "*J'évoque des souvenirs*", raconte ce véritable artiste. Des odeurs, comme celle de la canne, du galabé, de l'usine". Ou encore celle du pâté créole, une des spécialités de son père, qui lui a transmis cette passion. "*Il travaillait dans le transport mais cuisinait tout le temps. Je me sers du passé pour avancer*".
Ti pa, ti pa, celui qui n'a pas de diplôme en pâtisserie ("*parce qu'il n'y avait plus de place au moment de s'inscrire*") se fait un nom. Désigné pâtissier de l'année en 2022 par le guide Kaspro, ce Saint-Pierrois d'origine est élu Talents Gourmands 2020 puis **champion de France du dessert** la même année grâce à un dessert baptisé "Mes racines". Julien Leveneur dessine ses desserts avant de les fabriquer dans son labo, chez lui.
Un labo duquel il s'échappe de temps à autre pour enseigner au lycée hôtelier de La Renaissance.
Si les récompenses flattent le pâtissier qu'il est, son prix le plus précieux reste la fierté de ses proches, son épouse, sa fille de 8 ans "*fan de son papa*" et sa sœur jumelle avec qui il créait, à 16 ans, ses tous premiers desserts.

FACEBOOK JULIEN LEVENEUR PÂTISSIER - INSTAGRAM @JLEVENEUR

SÉBASTIEN CATHERINE

à sa place

Chef à domicile

Relever des défis culinaires avec ses confrères, valoriser les produits réunionnais et satisfaire ses clients lors des prestations à domicile, c'est ainsi que s'épanouit le chef Sébastien Catherine.

Dans son labo situé à Bras Canot, dans les Hauts de Saint-Gilles, Sébastien Catherine prépare ses prestations à domicile. Une autre approche que la restauration classique, "*plus détendue*".
Le Réunionnais se forme à l'hôtel Le Saint Alexis**** avant de poursuivre en Métropole, à Avignon notamment. Des tables prestigieuses (**le Château de la Chèvre d'Or, la table d'Edmond Benoît Vidal** pour ne citer qu'elles) font appel à lui. Il rentre il y a 6 ans, pour "*faire sa vie avec sa compagne*" et "*soigner ses volailles*", non loin de l'exploitation familiale. "*Partir est toujours formateur et riche d'enseignements, que l'expérience soit positive ou négative*", encourage le chef de 34 ans.
Sébastien Catherine propose une cuisine bistronomique pendant 4 ans au **Green Tee** de l'Etang-Salé, sous la direction bienveillante de Nicolas Rivière.
Vainqueur de la 27e et de la 28e édition du Challenge gastronomique des Toques Blanches de La Réunion et finaliste de l'émission *Tous en Cuisine*, le talent culinaire trouve son équilibre entre les prestations à domicile et les événements entre chefs et professionnels, où il laisse s'exprimer toute sa créativité. "*Il faut chercher* ***à créer la surprise***", estime celui qui reste toujours à l'affût de ce qui se passe autour et qui admire le travail des confrères tels que Julien Tarmalingom et Vincent Lagrange. Loin de la course aux étoiles et de la renommée, **il œuvre humblement à la valorisation des produits péi** et se réjouit de l'effervescence actuelle dans la restauration locale.

Créolonomie :
"Terme apparu pour la première fois dans le Guide Kaspro 2017 de Thierry Kasprowicz,il désigne l'art de la gastronomie à la créole, entre tradition et modernité, avec des produits du quotidien, adopté par des chefs de La Réunion".

0692 29 19 91- 11 CHEMIN BRAS CANOT, SAINT-GILLES-LES-HAUTS

ET LES NOMMÉS SONT...

Choisir parmi tous les produits, toutes les saveurs qu'offrent la cuisine créole serait bien difficile. C'est pourtant ce que l'on a demandé à nos experts. Le choix a été tout de même été cornélien.

LE MEILLEUR BEIGNET BANANE

"En tant que Saint-Josephois, je ne pouvais pas choisir autre chose que les beignets banane de chez Jim. Le restaurant dispose d'un point chaud attenant, où il propose aux clients des samoussas, des beignets manioc et donc, des beignets banane. Ils sont extra et vendus à un prix imbattable (3 pour 1€). C'est aussi le dernier commerce sur la route avant de monter aux bassins, à Grand Galet, etc. M'y arrêter est un petit rituel."

A faire en +

Trop de monde sur les berges de la rivière ? Redescendez jusqu'à la marine de Langevin. Vous accéderez à la belle cascade Jacqueline en quelques minutes seulement. Profitez-en aussi pour admirer le "souffleur" du débarcadère, une faille où l'eau s'engouffre et rejaillit puissamment.

CHEZ JIM - 0262 56 56 01
194 ROUTE DE LA PASSERELLE, SAINT-JOSEPH

LE MEILLEUR SIAVE

"Dans chaque cuisine de l'île, on retrouve forcément du siave. Que ce soit pour manger avec les bouchons ou pour agrémenter nos plats chinois, la sauce soja est incontournable. Et bien, saviez-vous qu'il existe du siave réunionnais, fabriqué à base de coco? Vous pouvez le trouver à la Maison du Coco à Saint-Leu. Il est délicieux, sain, local et original!"

A faire en +

La visite de la Maison du Coco pour en savoir plus sur ce siave, participer à l'atelier découverte, profiter du jardin et déguster leurs délicieux bonbons coco.

LA MAISON DU COCO - 0692 76 95 39
134 RUE GEORGES POMPIDOU, SAINT-LEU

LES MEILLEURS BOUCHONS

Une fois que vous aurez goûté aux bouchons de la Maison Ah-Moye, tous les autres vous paraîtront bien fades. Jocelyn Prie, le gérant, a su perpétuer le savoir-faire et les valeurs de la maison suite au décès de M. Ah-Moye, il y a quelques années. En proposant des bouchons traditionnels, d'une part. Vous ne trouverez donc que du poulet et du porc, nature ou au combava. En privilégiant la qualité, ensuite. Les ingrédients sont frais, sélectionnés. Et enfin, en confectionnant chaque bouchon à la main. Et ça change tout ! Pensez à en acheter la veille d'un départ en Métropole, ils arriveront livrés tout frais.

A faire en +

Une balade dans les rues de Saint-Pierre pour apprécier les pépites patrimoniales de la ville. Pourquoi ne pas vous concentrer sur Terre Sainte et arpenter les venelles de ce quartier de pêcheurs ?

MAISON AH-MOYE - LA GRIGNOTTE - 0693 05 48 49
19 RUE RODIER, SAINT-PIERRE

LES MEILLEURS RHUMS ARRANGÉS*

Nous ne sommes pas les seuls à le penser… Nombreux sont les clients qui ont été charmés par leur séjour aux Jardins d'Héva mais aussi par leurs **rhums arrangés maison.** Des rhums préparés par les filles de l'équipe, à partir des **fruits du jardin et de saison.** Letchis, goyavier, ananas Victoria, citronnelle péi, ou encore curcuma. Au total, 6 à 7 préparations sont proposées. Vous pouvez même **fabriquer votre propre rhum arrangé** à l'occasion d'un **atelier** de 30 minutes. Il suffit d'en faire la demande 72 heures avant. Labellisé **Esprit Parc national,** l'hôtel Les Jardins d'Héva plaît aussi pour ce petit quelque chose qu'on ne retrouve pas ailleurs, comme leurs **bungalows thématiques,** pensés pour représenter le melting-pot réunionnais.

A faire en +

Résoudre une enquête dans les rues de Hell-Bourg. Un escape game urbain pour des équipes de 2 à 6 personnes, qui mettra votre logique et votre intuition à rude épreuve.

LES JARDINS D'HÉVA - 0262 47 87 87
CHEMIN DE BELLEVUE, HELL-BOURG, SALAZIE

(*) L'ABUS D'ALCOOL EST DANGEREUX POUR LA SANTÉ À CONSOMMER AVEC MODÉRATION

Créer du chocolat ARTISANAL ET LOCAL

La matière première est là, le savoir-faire pour la transformer et la sublimer aussi. À La Réunion, plusieurs producteurs et artisans permettent aux Réunionnais de savourer du chocolat péi artisanal.

AU COMMENCEMENT ÉTAIT LE CACAO

Pas de chocolat sans fève et pas de fève sans cacao. Un cacao qui doit être cultivé **à l'abri du soleil et du vent,** en agroforesterie, comme c'est le cas à la **Bitasyon Bio du Souffleur d'Arbonne,** à Saint-Philippe. Si son grand-père cultivait essentiellement l'ananas et son père le curcuma, Franck Morel est en passe de devenir le "Monsieur Cacao" de la famille. L'exploitation familiale comptait 60 pieds lorsque son père s'est lancé dans la diversification, contre 500 pieds aujourd'hui. Objectif: atteindre les 1 300 plants d'ici 5 ans, si les conditions climatiques le permettent. Trois variétés y sont cultivées - **le criollo, le forestario et le trinitario** - présentant chacune un intérêt gustatif différent. Autodidacte, Franck a dévoré la littérature scientifique et provoqué des rencontres pour apprendre à cultiver le cacao dans les meilleures conditions. Et à fabriquer son propre chocolat. Les 20 premières tablettes ont vu le jour fin 2019. La famille Morel, membre du GIEE* de Saint-Philippe, accompagne aussi des agriculteurs voulant se lancer dans l'aventure du cacao péi et du bio, en les formant et en achetant leur production.

**Groupement d'intérêt économique et environnemental*

◀ POUR EN SAVOIR PLUS

Ⓐ **LA BITASYON BIO DU SOUFFLEUR D'ARBONNE** - 0692 65 41 89
18 IMPASSE SURCOUF, SAINT-PHILIPPE

DE LA FÈVE À LA TABLETTE

Si vous apercevez Richard Lauret, une guillotine dans à la main, n'ayez crainte. Le créateur des **Cabosses Ailées** s'en sert uniquement pour ouvrir les fèves en deux, les analyser et les sélectionner. Des fèves venues de République Dominicaine, du Ghana, du Congo et de Madagascar et de La Réunion. L'ingénieur agronome et agroalimentaire est attentif au climat, au travail du producteur et ne mélange pas les plantations. Son objectif: **éviter la sur-amertume,** "*qui masque tout*". Les fèves sont d'abord torréfiées, pour développer l'arôme, et décortiquées. Elles sont ensuite broyées: elles tournent pendant 5 jours maximum. La matière devient comme liquide. On peut alors ajouter **le sucre, l'unique autre ingrédient** utilisé ici. Puis, direction la tempéreuse: le chocolat passe de 53° à 30,5° et peut ainsi être moulé, dernière étape avant l'emballage et la vente. La petite équipe des Cabosses Ailées se fera un plaisir de vous faire visiter le **Bean to Bar Factory** et de vous faire découvrir leurs gammes de chocolat, au géranium, galabé, gingembre, galabert...

◀ POUR RÉSERVER

Ⓐ **LES CABOSSES AILÉES** - 0263 00 22 72
280 BIS AVENUE GÉNÉRAL DE GAULLE, GRANDS BOIS, SAINT-PIERRE

"LE GOÛT, LA QUALITÉ ET LA SOBRIÉTÉ"

Entouré de ses tableaux Excel, concentré sur la température de la pièce, Damien Kapp ressemble presque plus à un laborantin qu'à un artisan chocolatier. **De nature rigoureuse et organisée,** il aime, bien sûr, créer du chocolat, mais tout autant ce qui gravite autour. "*Le métier d'artisan-chocolatier est assez répétitif, que ce soit dans l'année marquée par les fêtes, ou dans la journée même,* reconnaît-il. ***Je pars de zéro chaque matin*** *pour que le chocolat soit emballé le soir même*".
Et de poursuivre: "*J'ai eu la chance de commencer, sans le savoir, chez le 3e meilleur chocolatier de France à l'époque (la Maison Le Roux),* confie le pâtissier et chocolatier confiseur. *Il m'a aidé comme son propre fils et m'a soutenu dans mon envie d'évoluer*". Chez Patrick Roger puis chez Pierre Hermé, où il gérait une équipe de 10 personnes, il découvre **une cadence soutenue, le sens des responsabilités** et, toujours, l'exigence. Des rencontres des expériences qui lui ont permis d**e devenir son propre patron** à La Réunion. "*Je propose ce qui me plaît, c'est-à-dire privilégier la qualité, le goût et la sobriété, et je m'offre le luxe de ne pas avoir de revendeur -hormis un à Saint-Denis*", explique ce perfectionniste. Une liberté appréciée, malgré le prix à payer, et récompensée par des clients toujours au rendez-vous.

KAPP CHOCOLATIER - 0262 33 32 57
2 BIS RUE PAUL HERMANN, LE TAMPON

TRADITIONNEL, INTEMPOREL

"*Pâtissier mais pas sorcier,* c'est ainsi que Mickaël Técher se décrit, un brin plaisantin. Si le pâtissier-chocolatier de la Fée Chocolat reste fasciné par la matière qu'il travaille depuis 35 ans déjà, il est aussi conscient d'y être pour quelque chose. "*Le chocolat demande une préparation laborieuse, où il n'y a pas droit à l'erreur*", explique celui qui a fait ses armes à l'ancien Castel de Saint-Denis. Le professionnel réalise ses **trempages à la main, à la fourchette.** Ses recettes n'ont pas vraiment bougé, nous répond-il. "*J'en ai amélioré quelques-unes mais, dans l'ensemble, ce sont des basiques*". Mickaël Técher apprécie ce qui traverse les époques. "***On observe des modes,*** *comme dans d'autres domaines,* analyse-t-il. *Les gens finissent tout de même par revenir aux classiques*". Dans son établissement, les bonbons, tablettes, sont conçus avec un chocolat à 70% de cacao minimum, "*pas très sucré et adapté à tout le monde*". Et de se souvenir: "*Quand j'ai commencé, le 50% cacao était courant. Les gammes se sont diversifiées avec 55%, 60%, 64% de cacao…*"
Le chocolat, il le préfère avec une ***"texture crémeuse, fondante en bouche"***. Et ses clients? Le chocolat au géranium, assurément. On a craqué pour sa ganache au miel de forêt de Saint-Joseph et un macaron à l'ancienne, un régal!

LA FÉE CHOCOLAT - 0262 37 17 31
294 RUE DE LA RÉPUBLIQUE, PLAINE DES PALMISTES

EN CUISINE

avec Fabien Rocheville

Electron libre de la restauration, le chef Fabien Rocheville met un point d'honneur à travailler des produits du terroir réunionnais. Sa cuisine s'adapte à ce terroir et non le contraire.

"*Il est possible de cuisiner uniquement avec des produits locaux*", assure Fabien Rocheville.
L'ancien chef du Pierre Bistrot Chic, restaurant bistronomique de l'hôtel Villa Delisle, a des principes bien arrêtés quant à la cuisine. **Le terroir et les producteurs, avant tout.** "*Le produit est le plus important dans l'assiette,* justifie-t-il. *Si on n'est pas capable de proposer un produit de qualité ni d'utiliser des produits locaux, ça ne sert à rien de faire de la cuisine*". Lui, fait toujours appel aux mêmes fournisseurs, à condition d'en avoir l'exclusivité. Il propose ainsi des plats uniques, comme par exemple ceux au **cochon noir.**

Rester curieux

Mordu de cuisine depuis l'enfance, Fabien Rocheville s'est formé à Blagnac, à Toulouse. Une véritable chance, selon le vainqueur de la saison 2 de l'émission *Tous en cuisine*, sur Antenne Réunion. "*Les cours étaient dispensés par des Meilleurs Ouvriers de France, des chefs étoilés*, se souvient-il. *Les élèves avaient de quoi s'entraîner. Des canards entiers et autres produits frais. Le niveau était haut*". Le cursus, rigoureux et sélectif, ainsi que ses débuts dans un restaurant népalais puis un restaurant-brocante de la Ville Rose ont sans nul doute eu une influence sur son rapport à la cuisine.
Le désormais chef à domicile et second au restaurant l'Art I Show tient à cultiver **une relation de transparence et de confiance** avec les producteurs, les collègues et les clients. Également juré au lycée du Centhor, le professionnel de 33 ans encourage la génération de demain à s'investir et à prendre des risques. "*Il faut aller au restaurant pour s'éduquer à de nouvelles saveurs*, conseille celui qui régalait les clients de l'hôtel Saint-Michel aux côtés de Jofrane Dailly. *La curiosité et l'ouverture d'esprit sont essentielles. N'oublions pas que la cuisine créole est avant tout influencée par la cuisine indienne et qu'elle ne se limite pas aux caris. De même qu'un 'mangé zorey' n'est pas forcément de la cuisine gastronomique.*"

Mon ti pié d'lentilles

Fabien Rocheville partage une recette en trompe-l'œil, qu'il aime proposer régulièrement. Le pot a été réalisé par la céramiste Claire Falconnet, à l'Entre-Deux, exclusivement pour le chef. Si vous vous posez la question : oui, les pousses de lentilles sont comestibles!

LE BOUILLON LARSON

Ingrédients

- 250 g de lentilles (de Cilaos ou de Salazie si possible),
- 5 gousses d'ail
- Sel, poivre
- 5 clous de girofle
- 1 oignon moyen
- 15 feuilles de caloupilé
- 10 petits piments verts,
- 1 cuil. à s. de pâte de tamarin
- 4 cuil. à s. d'huile
- 1 cuil. à s. de cumin
- 1 cuil. à s. de massalé pimenté en poudre
- 1 cuil. à c. de safran péi

Préparation

Dans 1/2 l d'eau, faites bouillir les lentilles jusqu'à ce qu'elles se fendent.
Avec le dos de la fourchette, écrasez les grains dans leur eau de cuisson.
Pilez le piment, l'ail, le sel, le poivre, le girofle et le cumin.
Dans une marmite, faites roussir l'oignon haché.
Ajoutez les épices pilées et le safran et laissez mijoter à feu doux tout en remuant. Sans cesser de mélanger, incorporez la purée de lentilles, puis la poudre de massalé.
Dans un récipient, faites bouillir 1 l d'eau, jetez-y les feuilles de caloupilé.
Ajoutez la pâte de tamarin et la préparation de lentilles.
Remuez en ajoutant de l'eau pour obtenir un bouillon.
Avec 500 g de bouillon, ajoutez 250g de lait entier et 250g de crème (30% de matière grasse).
Mixez, tamisez et placez dans un siphon avec 2 cartouches de gaz.
Réservez l'autre partie du bouillon au frais, que vous pourrez mixer plus tard pour en faire un houmous.

LE CRUMBLE AU CHARBON VÉGÉTAL

Ingrédients

- 50g beurre
- 50g farine
- 50g poudre d'amande
- 10g fleur de sel
- 5g charbon végétal

Préparation

Mélangez les éléments ensemble et étalez-les sur une plaque.
Cuire à 150 degrés au four sec pendant 40 minutes.

En bonus

LA SALADE DE LENTILLES

Ingrédients

- 100g lentilles
- 100g eau
- Huile d'olive
- Oignons ciselés
- Oignons verts
- 1 citron (zeste et jus)
- Sel, poivre

Préparation

Faites cuire les lentilles dans l'eau jusqu'à ce qu'elles s'attendrissent, puis refroidissez-les aussitôt sous l'eau. Réalisez une vinaigrette avec les autres ingrédients.

Mes adresses CONFIDENTIELLES

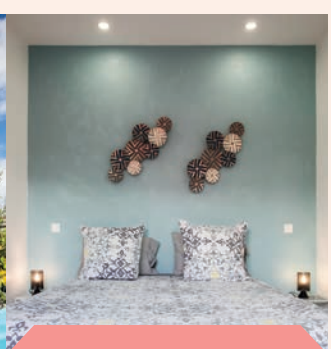
DANS LA PLUS PURE TRADITION

Nos experts ont déniché pour vous des adresses gourmandes à l'écart des centres-villes, où les produits péi et les plats créoles sont à l'honneur. En bonus, quelques activités à tester dans les alentours.

MELLIE, OTI SUD

À votre service !

Prendre son petit-déjeuner sur la terrasse privative de sa chambre, face à la mer et se coucher après un bon **gratin de calebasse** ou de **cari la patte cochon,** dans la quiétude du quartier, c'est la proposition alléchante de Bruno et Myriam, les hôtes de Kazanou. Le goût des clients et les **produits frais** disponibles déterminent la composition du repas (apéro, entrée, plat et dessert). Bruno se charge aussi de l'ambiance! Le matin, un petit-déjeuner complet vous attend. "*Je prépare des paniers pour ceux qui partent tôt,* ajoute Bruno. ***On s'adapte au rythme des gens.*** *C'est comme ça qu'on aime, nous, être reçus.*"
Le couple dispose de trois chambres indépendantes avec chacune une **balnéothérapie.** Pour profiter du lieu et de la piscine le temps d'une journée, des moments ou **formules détente** sont réservables.



A faire en +

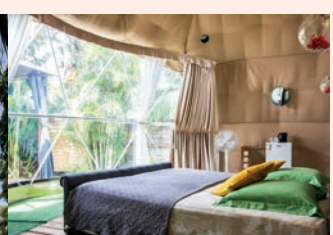
La visite du Jardin des Bestioles et du Labyrinthe En Champ Thé, à Grand Coude, à seulement 20 minutes de Kazanou.

KAZANOU - 0692 68 46 53
9 CHEMIN DES RONCES, SAINT-JOSEPH

CHRISTINA, DESTINATION SUD RÉUNION

Un cari et puis une bulle

Avant de rejoindre sa bulle, pourquoi ne pas s'offrir un repas traditionnel? Sur réservation uniquement, le restaurant du Domaine de l'Anse concocte toutes sortes de plats aux saveurs locales : cari poisson, porc palmiste, **boucané chou de coco, rougail cœur de songe...** Direction ensuite le petit nid qui dispose également d'une **salle de bains privative, d'un jacuzzi privé** et d'une grande baie vitrée. Ici, pas de nuit sous les étoiles. Les trois associés ont privilégié l'isolation thermique et le confort: "*Nous sommes les seuls à proposer ce type de dômes* ***haut de gamme*** *à La Réunion*", précise Vanessa Grenier.



A faire en +

Une belle et courte randonnée depuis le Cap Petite Île (suivre chemin Neuf, à Grande Anse). En 15 minutes, vous voici au point de vue où vous apercevrez pétrels, paille-en-queue et autres oiseaux marins. Le retour se fait par le même chemin.

DOMAINE DE L'ANSE - 0692 09 95 39
174 RUE DE L'ANSE, PETITE ÎLE

Boucané papaye et cascade

Sur la route de Takamaka, le restaurant de Jacky et Anita Boyer est une institution. Qui n'y a pas fait une halte après être allé admirer **la cascade de Takamaka,** un peu plus haut? Le Kiosque des Mandarines met à l'honneur **la cuisine créole** dans cette zone prisée des visiteurs extérieurs comme des Réunionnais. Les incontournables sont au rendez-vous (cari poulet, rougail saucisses, etc.) et la spécialité du chaleureux couple, **le boucané papaye, se prépare sur commande.** Vous goûterez bien, également, aux jus **de fruits frais et de saison** (mandarine, goyave...). Pensez à réserver le week-end !

A faire en +

Arpenter la rivière des Marsouins en kayak avec Rando Aqua Réunion.La balade fluviale, accessible dès 6 ans, vous fera (re)découvrir la flore et la flore du lieu ainsi que de superbes paysages aquatiques.

KIOSQUE DES MANDARINES - 06 92 84 91 92
747, ROUTE DE TAKAMAKA ROAD 53 - PK 9, SAINT-BENOÎT

S'adapter à la nature

Si l'activité première du couple Fontaine installé à 1200 m d'altitude est le bovin, en particulier la blonde d'aquitaine, Marie propose aussi **une immersion à la ferme** aux scolaires et au grand public. Ces derniers y découvrent les conditions d'élevage des animaux et le métier d'agriculteur, ses joies comme ses peines. Elle a par ailleurs développé une petite **parcelle de Papam***, parmi parmi lesquelles se trouve le **Géranium rosat.**
Une plante aromatique aussi bien réputée en médecine, pour ses nombreuses vertus, qu'en cuisine, pour son arôme puissant et floral. L'Arche de Marie est bénéficiaire de **la marque Esprit Parc national,** une marque en accord avec sa philosophie. "*La nature nous donne tout. C'est à nous de la respecter, de nous adapter, en prenant en compte notre environnement*", rappelle Marie Fontaine.

**Plantes à parfum aromatiques et médicinales*

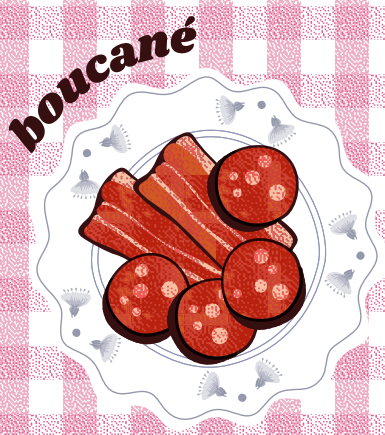
A faire en +

Le Zarlor saveurs péi - atelier de cuisine spécial racines, en compagnie de Marie.
Il comprend un rafraîchissement, une visite de la ferme, un atelier culinaire et un déjeuner (apéro-plat formule cari - dessert). Sans oublier un ti kdo!
Dates : 19 mai, 2 juin, 21 juillet et 18 août 2024.

POUR EN SAVOIR PLUS

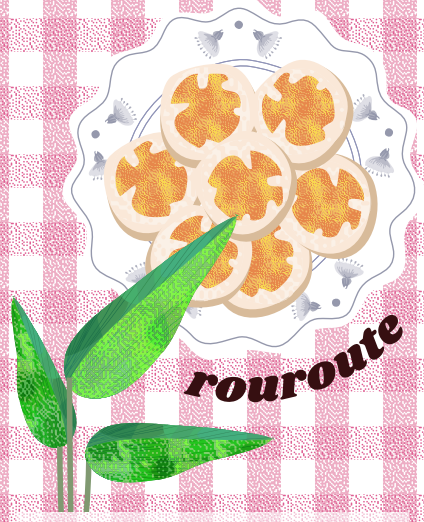
des mets ET DES MOTS

Ce sont des termes incontournables de la cuisine réunionnaise. Pour autant, savez-vous vraiment ce qu'ils désignent et quelles sont leurs origines ?



GRAND BOUCAN

Son petit nom lui vient du fait que ce type de viande était traditionnellement fumé dans un boucan, la petite cuisine extérieure. C'est donc par extension au mot "boucan" que la viande a été baptisée ainsi. Les saucisses, elles, pendaient au-dessus du boucan. D'où l'expression: "*Kan mi koz ek boukané, sauciss y rest' pandiyé*"!



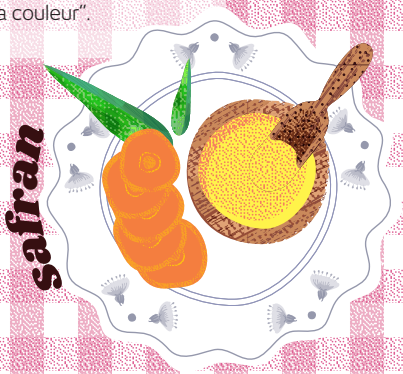
DANS LA TROUSSE DE SECOURS

On pourrait croire que les bonbons la rouroute sont baptisés ainsi à cause de leur forme de flèche. Pas vraiment. Le terme vient bien d'*arrow*, signifiant "flèche", et de *root* voulant dire "racine". Mais ce fécule très apprécié dans la cuisine créole doit son nom aux Indiens Arawaks qui s'en servaient pour soigner des blessures causées par les flèches.

"!

DU SAFRAN, OUI, MAIS PÉI

On l'appelle aussi le "safran péi". Non pas tant parce que les deux épices se ressemblent mais parce que leur nom "Curcuma" aurait la même étymologie. Il viendrait en effet de l'espagnol "cúrcuma", lui-même tiré de l'arabe *kurkum*, désignant le safran.
Une autre hypothèse est que le terme viendrait du sanskrit *kunkuma*, qui peut se traduire par "ce qui donne la couleur".



UN CARRY MADE IN INDIA

Les anglophones pourraient se laisser tromper par le mot "carry". En anglais, *to carry*, qui signifie "porter", "transporter", aurait pu désigner le fait de prendre une barquette à emporter. Et bien, pas du tout! Il faut prendre la direction de l'Inde pour retrouver l'origine de ce plat réunionnais. "Carry", aussi orthographié "cari" viendrait tout simplement de "curry"!

NOS IDÉES D'ENCAS POUR VOS RANDOS

Nous avons demandé à nos experts quelles préparations les accompagnaient toujours sur les sentiers pour leur fournir l'énergie nécessaire durant des heures, tout en supportant les températures de l'île.

UN SANDWICH LOCAL, ULTRA PROTÉINÉ ET VITAMINÉ

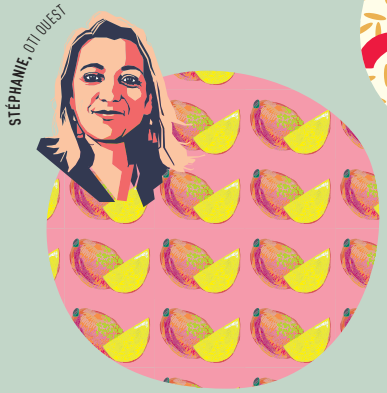
Ça parait bizarre mais je recommanderais un sandwich Dakatine-banane. Lorsque nous étions plus jeunes, mon frère et moi avions l'habitude de réaliser plein d'expériences culinaires. Le goût de ce sandwich nous a plu. Le beurre de cacahuètes, riche en protéines, et les morceaux de banane, qui assurent l'apport en glucides et vitamines, sont les alliés parfaits des longues heures de marche.

BOOSTÉ PAR LES FRUITS SÉCHÉS

Les fruits séchés ou des papayes confites sont parfaits pour offrir une bonne dose d'énergie et nous permettre de repartir de plus belle sur les sentiers. Des fruits séchés sont en vente dans notre boutique si vous avez besoin de faire le plein d'énergie avant de commencer votre rando.

UN RISOFÉ, COMME DANN' TAN LONTAN

Le risofé est une des préparations les plus simples à emporter avec soi. On peut réchauffer le cari de la veille ou en préparer un le matin même, à partir de riz sec. A partir de cette base, on a le choix. Les végétariens le préparent avec quelques morceaux de tomates, d'oignons et de légumes. Les autres peuvent préférer un œuf, par exemple. Selon les températures, à vous de voir s'il faut chauffer ou pas. C'est un encas anti-gaspillage et surtout local, culturel. Les agriculteurs, les coupeurs de canne préparaient leur risofé et le dégustaient après de longues heures de travail. Ajoutez à ça un rougail dakatine ou un rougail tomate, sa mèm lé bon !



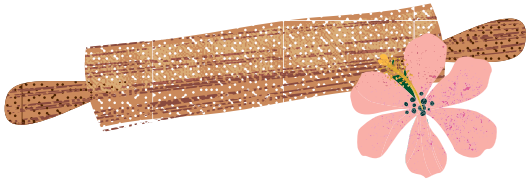
UN JUS DE FRUITS FRAIS POUR LA TOUCHE SUCRÉE

Pour une rando, j'emporte toujours avec moi un petit réconfort sucré. Et quoi de mieux que de mettre dans ma gourde isotherme du jus de fruits frais des Vergers de Marie! Celui à la mangue est mon préféré. Ces jus sont faits à partir des fruits invendus du verger familial Law Yat à Grand Fond (Saint-Gilles). C'est sain, c'est frais, c'est local et c'est délicieux!

EN SAVOIR +

LES GÂTEAUX DE MÉMÉ

Une simple odeur de café coulé, d'une gousse de vanille, d'un gâteau patate en train de cuire suffit à raviver de doux souvenirs. Ceux de l'enfance, des journées passées chez les grands-parents, où l'on était bien plus souvent à la cuisine que devant la télé. Nos experts partagent avec vous leur madeleine de Proust péi.



AVANT LA PETITE MESSE DU DIMANCHE MATIN, UN TAPIOCA MAISON

À la Plaine des Palmistes, il fait frais. Et pour encourager les enfants et les jeunes à assister à la messe de 6h le dimanche matin, il faut trouver une raison de les motiver! Alors, mamie se levait avant les autres pour faire chauffer le lait et préparer un tapioca maison, servi fumant et bien sucré. L'un de mes seuls souvenirs est ce petit moment d'intimité silencieuse, pour respecter ceux qui dormaient encore. Nous nous retrouvions autour d'une boisson bien chaude avec ma mamie chérie qui reste mon modèle encore aujourd'hui. Ma madeleine de Proust à moi.

MELLIE, OTI SUD

LE SECRET D'UN GÂTEAU MANIOC BIEN CROUSTILLANT

Le secret de ma mamie pour une parfaite cuisson du gâteau manioc, c'est de le retourner au moment où la surface est bien dorée. Cela permet de bien faire dorer l'autre côté également et d'apporter encore plus de croustillant ! Retourner le gâteau manioc sans le casser suppose de maîtriser la technique. Il ne faut pas hésiter à faire plusieurs essais. Mamie n'oublie pas, non plus, une gousse de vanille et le rhum !

ÉLODIE, DESTINATION SUD RÉUNION

DU JARDIN AUX FOURNEAUX, LE MERCREDI CHEZ MAMIE

Petite, mes mercredis étaient consacrés à la pâtisserie avec ma mamie. Je me souviens des bons gâteaux patate que l'on préparait ensemble. Le mercredi matin, on cueillait les patates dans le jardin et, en début d'après-midi, on mettait la main à la pâte pour réaliser le gâteau. Ma mamie prenait le temps de m'expliquer chaque étape de la préparation et elle me faisait participer. Ces journées étaient de bons et beaux moments d'échanges avec elle.

STÉPHANIE, OTI OUEST

LE GÂTEAU PATATE BRAISÉ DE JULICIA

Pour ceux qui n'ont pas eu l'occasion de cuisiner avec leur mémé ou qui aimeraient retrouver le plaisir de ces moments de partage, direction Chez Monmanzé, au Tour des Roches de Saint-Paul. Dans cet établissement en bois sous tôle et feuilles de vacoa, vous attend Julicia. Cette dernière a elle-même appris à cuisiner grâce à ses grands-parents et transmet ce savoir traditionnel. Vous pourrez suivre à ses côtés un atelier de cuisine ou tout simplement goûter à son délicieux gâteau patate braisé.
Rien de mieux pour accompagner son café grillé.

CHEZ MONMANZÉ - 0692 81 67 44
20 CHEMIN ROTIN, QUARTIER LAPERRIÈRE, TOUR DES ROCHES, SAINT-PAUL

ALON #EXPLORE LA RÉUNION ! AVEC LES OFFICES DE TOURISME

LA BONNE AFFAIRE !

NOS OFFICES DE TOURISME ONT SÉLECTIONNÉ POUR VOUS DES PRODUITS ET DES ACTIVITÉS ACCESSIBLES À TOUS LES BUDGETS, À DÉCOUVRIR DANS TOUTE L'ÎLE.

OUEST

Zarlor atelier de cuisine créole traditionnelle

Le géranium rosat, plante emblématique du Maïdo, est à l'honneur dans cet atelier culinaire. En compagnie du chef de l'association Maïdo Nou lé la, vous apprendrez les bases de la cuisine créole et vous passerez aux fourneaux. Apéro, plat principal et dessert au géranium rosat seront concoctés par vos soins, avec l'aide du chef. Une seule consigne à respecter: la créativité! Prévoyez un tablier, un torchon, de quoi prendre des notes et un petit paletot.

27 avril, 29 juin, 24 août

TEL. 0262 42 31 31

DESTINATION SUD RÉUNION

Feu de bois et feuille figue chez Yoan

"*Goni vide i tien pas d'bout !*" Tel est le slogan de Yoan, le maître des lieux. Le gérant de la ferme du Piton Rouge, située aux Avirons, sait prendre soin de ses visiteurs et surtout de leur estomac. Et ça commence par un "risofé" d'accueil. Direction ensuite la cuisine pour apprendre "comme dan tan lontan" à préparer de bons petits plats, tout en parlant de notre île, de son histoire et de son identité. Les produits qui mijotent viennent bien sûr de la ferme et varient en fonction de la saison. Enfin, à table! Le repas est servi, comme à l'ancienne, sur une feuille figue.

TEL. 0692 87 44 78

OFFICE DE TOURISME DU SUD

Goyave et autres gourmandises du jardin

Plongez dans une symphonie de saveurs avec des fruits frais et des légumes, des confitures et sirops bio, ainsi que des fruits séchés exquis. C'est toujours avec passion que Jean-Fred et Elsa transforment leurs Gourmandises du Jardin sur leur exploitation de la Plaine-des-Cafres. Laissez-vous tenter par leurs surprenants produits à la goyave. Confitures, jus de fruits (à la goyave blanche ou rose), goyave au sirop... Une belle façon de remettre à l'honneur ce fruit souvent oublié au fond du jardin.

TEL. 0692 52 61 24

CÔTÉ EST

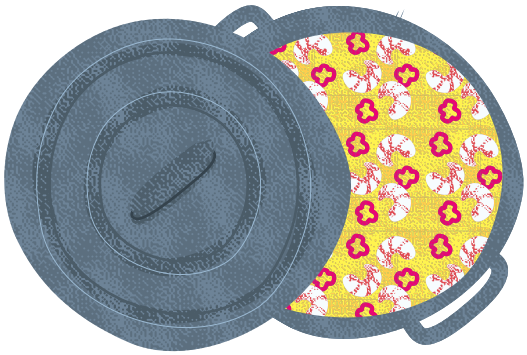
Du champ à l'assiette

Philippe Morel est un agriculteur et passionné de cuisine, de plantes et bien évidemment de la culture réunionnaise. Le temps d'une journée, il vous propose de plonger dans l'univers créole du tan lontan, au travers d'une visite de son exploitation agricole dans l es Hauts de Saint-Benoît, suivie d'une dégustation des produits du terroir. Savoir-faire, authenticité et partage sont les maîtres mots de cette activité dédiée aux gourmets.

TEL. 0262 46 16 16

KARAY : PETITS GAZONS D'RIZ ENTRE PARTICULIERS

Après une phase de tests concluante, l'application Karay s'ouvre au grand public. Destinée à tous les particuliers, elle leur permet aux uns de vendre leurs plats traditionnels, aux autres de s'offrir une bonne barquette péi ou de partager un repas chez l'habitant.



Il y a tout juste un an, Jessica Poujois remportait la 22e édition de la Startup Weekend avec son projet Karay. La plateforme permet aux particuliers de cuisiner et vendre leurs plats aux visiteurs locaux ou extérieurs à la recherche d'un bon cari ou d'un moment sympa chez l'habitant. Une petite idée qui pourrait révolutionner la restauration péi.

Une manière aussi, de préserver cette partie du patrimoine. "*Lors de mes études, à Paris, la culture créole m'a réellement manqué*", se rappelle-t-elle. A son retour, sept ans plus tard, elle constate avec désarroi "*qu'il est plus facile de s'acheter un burger qu'un rougail saucisses*".

Karay n'ambitionne pas de faire la guerre aux fast-foods mais propose une alternative qui, d'une part, défend l'identité locale et, d'autre part, valorise les talents culinaires en quête d'un complément de revenus. "*On dit souvent que les meilleurs caris sont faits à la maison*", argumente Jessica Poujois.

Concrètement, le client réserve son plat à emporter ou à partager chez l'habitant depuis l'application - disponible uniquement via le site web de Karay. Le vendeur, lui, publie ses offres de plats. L'équipe de Karay veille aussi à ce que la charte hygiène et sécurité soit bien respectée et procède à des contrôles.

"*Sur Karay, pas de profil sans photo ou avec des pseudos,* ajoute la finaliste et "prix espoir" du Concours de création d'entreprise en 2023. *Les vendeurs sont présentés sur la plateforme. On sait à quoi ils ressemblent, qui ils sont et d'où ils viennent*". Karay mise sur la transparence et la confiance. Et cela passe aussi par la composition des plats, décrits le plus précisément possible.

Une phase de tests a permis à Jessica Poujois d'évaluer l'accueil des Réunionnais pour son projet : "*Il a été bien au-delà de mes espérances !*" 110 candidatures reçues - dont 25 retenues -, 340 plats vendus, 850 téléchargements de l'application, 7 000 followers... La mayonnaise a pris ! A tel point qu'elle a déjà suscité des vocations. L'entrepreneure a dû revoir la stratégie du projet qui était initialement éco-collaborative, ce qui posait certaines limites, en termes de chiffres d'affaires notamment.

> ***"Faire vivre des moments d'authenticité"***

"*Karay se déploie aujourd'hui en 3 volets : le particulier à particulier, la Karay Académie qui forme ceux qui deviennent professionnels, et le volet expert, sans limitation de chiffre d'affaires*".

Au-delà des plats, Karay entend provoquer de belles rencontres et faire vivre, aux visiteurs comme aux cuisiniers, des moments de partage et d'authenticité.

POUR PROPOSER SES PLATS OU DÉCOUVRIR LES TALENTS CULINAIRES PÉI ▶

#EXPLORELARÉUNION!

AVEC LES OFFICES DE TOURISME

En solo, en duo, en famille, entre dalons

TOUS LES BONS PLANS SONT DANS LE GUIDE “ LES EXPLORATEURS PÉI.” !

Disponible dans tous vos offices de tourisme ou sur www.frt.re

Office de Tourisme de l'Ouest

Destination SUD Réunion

Oti sud

Côte Est RÉUNION OFFICE DE TOURISME

LE BEAU PAYS

À LA RÉUNION,
LES VACANCES
C'EST TOUS LES JOURS

En famille, entre amis ou en solo, profitez de votre temps libre en semaine, comme en week-end. Découvrez ou redécouvrez les expériences uniques à vivre près de chez vous. Jouez les voyageurs à domicile et prolongez les vacances... Dans votre quotidien !

Ansamn' profitons chaque jour des trésors de notre île en respectant sa nature et ses habitants. Privilégions les produits locaux, les circuits courts, la mobilité douce et les transports en commun.

Crédit photo : Shutterstock • Cédric Etienne • Ludovic Rivière • Franck Grondin

#EXPLORE LA RÉUNION !

AVEC LES OFFICES DE TOURISME

FÉDÉRATION RÉUNIONNAISE DE TOURISME

REGION REUNION
www.regionreunion.com

l'Europe s'engage à La Réunion

UNION EUROPÉENNE

Cette campagne de promotion est cofinancée par l'Union Européenne

Cette campagne a été cofinancée par l'Union Européenne et la Région Réunion.
L'Europe s'engage à La Réunion avec le Fonds Feder.