



LA RECETTE STAR

La compote du Jeudi saint : pommes, figues, abricots, dattes, gingembre, miel, amandes, cannelle – arrosée d'un verre de vin rouge.

LA PAROLE CULINAIRE

« Lève-toi et mange, autrement le chemin sera trop long pour toi. » Premier Livre des Rois 19,7.

À LIRE ET À MANGER Saveurs SACRÉES.

L'HISTOIRE A TOUT D'UNE ÉPIPHANIE. En marge d'une retraite spirituelle chez les sœurs des Fraternités monastiques de Jérusalem, dans l'abbaye du Mont-Saint-Michel, en 2021, Laurence du Tilly s'enquiert de la recette d'un excellent crumble de légumes qui vient d'être servi à table. Puis la photographe, décoratrice et styliste culinaire aborde avec les religieuses cette facette de son métier qui consiste à mettre la nourriture en images. « *Leurs regards se sont illuminés* », confie Laurence du Tilly. « *Le Seigneur nous a entendues* », s'exclament alors les sœurs. Coïncidence – ou volonté divine –, les moniales qui vivent recluses sur le Mont mûrissent le vœu de compiler leur répertoire culinaire. De cette rencontre naîtra *Mont-Saint-Michel. À la table des sœurs*, un beau livre de 50 recettes (presque toutes

végétariennes) à mi-chemin entre le cahier pratique et l'œuvre documentaire, paru en novembre 2022 aux éditions Hachette Pratique. Le livre, illustré de photos de vie quotidienne, ponctué de psaumes, suit le rythme de la vie monacale et s'articule autour des quatre saisons. Il s'ouvre sur des recettes d'hiver, période durant laquelle « *le Mont-Saint-Michel entre en hibernation jusqu'à la fin du carême* » : lentilles « *du vendredi* », tarte sarrasin et brocoli, mendiants, galettes des rois aux pommes. Puis on file vers le printemps, quand les cloches de Pâques sonnent le « *retour à la vie* » sur le Mont : agneau de pré-salé à la sauge, navets caramélisés et « *clafoutis de Saint Abraham* » aux épinards et à la bûche de chèvre. En été, l'abbaye devient une « *providentielle enclave de fraîcheur et de paix* », propice aux salades de salicornes,

au tian de légumes ou encore aux soupes de pastèque. À l'automne, les sœurs accueillent les retraitants, se préparent à « *la joie de Noël* » et leurs assiettes se parent de mets aux teintes orangées : le fameux crumble de légumes d'automne (carottes, topinambours, courge butternut, navets), pizza de polenta aux champignons, quiche au potimarron. Au fil des pages, les portes de l'abbaye dévoilent une part de leur mystère. On accompagne les sœurs dans leurs cueillettes comme leurs silences, propices à la contemplation. La parole, précieuse, se résume progressivement à des légendes sobres et à des instructions de préparation. Une ode à la cuisine comme acte de méditation. (M) Léo BOURDIN

MONT-SAINT-MICHEL. À LA TABLE DES SŒURS, DE LAURENCE DU TILLY ET NOËLLE BENOIST, HACHETTE PRATIQUE, 240 PAGES, 28 €.



À LA CAVE Grand Duché d'UZÈS.

L'appellation duché-d'uzès fête cette année ses 10 ans. Elle est l'une des plus récentes de France alors que son vignoble existe depuis plus de deux mille ans, entre oliviers, chênes truffiers et garrigue du Gard. Dans leur domaine de La Tour de Gâtigne, qui n'est autre qu'une ancienne commanderie des Templiers, la famille Guibal sort une nouvelle cuvée dénommée Montaire afin de marquer l'événement. Assemblage classique de grenache et de syrah, ses saveurs contemporaines twistent fort. Sa texture prouve qu'on entre dans une nouvelle ère. On s'étonne même de sa fraîcheur, de son équilibre et de son élégance, alors que les contreforts des Cévennes nous ont habitués à plus de rusticité. La cuvée Les Toiles du domaine Agarrus prouve, elle, que le duché-d'uzès sait proposer des vins soyeux et délicats. Fruits, poivres, épices, tout est là, en petites touches, pour des saveurs qui se déroulent longuement. (M) Laure GASPAROTTO

DOMAINE AGARRUS, LES TOILES, DUCHÉ-D'UZÈS, ROUGE, BIO, 11,90 €. TÉL. : 06-70-78-06-66
LA TOUR DE GÂTIGNE, MONTAURE, DUCHÉ-D'UZÈS, ROUGE, BIO, 2022, 14,90 €. DOMAINEDELATOUR.ORG