

FEMME ACTUELLE

14/20 JUILLET 2014

# *Allez! On pique-nique...* tout pour le réussir

Envie de déjeuner sur l'herbe? Bonne idée, à condition de ne rien oublier. Pour vous concocter un vrai moment de détente, découvrez nos recettes originales et tendance, notre choix de vaisselle et d'accessoires pratiques et stylés. *Par M.-J. Coutanceau, F. Haberthur, N. Hoyon, D. Rosière, A. Tartarat.*



CLAUDIA ZOBZI/MONDADORI PRESS - S&P - STUDIO ANGIARDI





## 3 sauces pour les crudités

### VÉGÉTALE

Hachez une 1/2 botte de persil plat avec une gousse d'ail. Mixez 20 secondes avec 10 cl de boisson au soja nature et 5 cl d'huile de colza-olive Bjorg. Ajoutez du sel et le jus d'1 citron.

### ORIENTALE

Mixez 200 g de féta avec le jus d'1/2 citron jaune et son zeste, une gousse d'ail et une dizaine de feuilles de menthe fraîche. Ajoutez 3 ou 4 cuillères d'huile d'olive. Assaisonnez.

### ITALIENNE

Réhydratez 75 g de tomates séchées dans l'eau tiède. Ecrasez 1/2 gousse d'ail en pommade. Mixez le tout avec 1 cuillerée de concentré de tomate. Ajoutez une cuillerée de café de paprika et 70 g de ricotta.

## Spécial confort



**PLIANT**  
Coussin en coton rembourré en polyester recyclé, Demi-Lune, Le Petit Lucas du Tertre pour Nature & Découvertes, 14,95 €.



**DÉROULANT**  
Tapis facile à rouler et à transporter grâce à sa poignée. Revers étanche, 140 x 147 cm, Bistrot, La Chaise Longue, 19,90 €.



**TOUT CHAUD**  
Plaid très doux à poser sur l'herbe. En polaire, doublé de Nylon imperméable, 150 x 120 cm, Zigorinic, 15,90 €.



**DOUILLET**  
Coussin en coton réversible et à dossier haut, à poser sur une chaise. L 42 x H 85 cm, Lilou rouge, Jardin Privé, 27 €.

**Kits repas**

## Des paniers sur mesure

Rien de mieux qu'un panier pour un pique-nique chic! Design ou rétro, à chacun son style!



Panier en osier. H 23 cm, Variopinte chez Made in Design, 49,50 € le panier seul.



Panier pour quatre, L 47 x P 31 x H 20 cm, Botanica, Truffaut, 75 €.



Panier Petric en résine. Design Miriam. Mirri, 36 x 24 cm, Alessi, 60 €.

Panier pour deux en osier, 40 x 29 x 23 cm, La Chaise Longue, 69,90 €.



## NOS SOLUTIONS ANTI-TACHES

Des taches d'herbe sur votre joli short blanc? Pas de panique. On a testé pour vous le nouveau savon au fiel de bœuf (si, si) de Starwax. Le fabricant a remis à l'honneur une vieille recette. Frottez la tache, laissez agir 10 à 15 min et passez en machine. Votre short ressortira nickel. Sur les marques de fruits rouges, du jus de citron fera parfaitement l'affaire. Quant aux taches de terre, on vous conseille de l'eau savonneuse et du vinaigre blanc.

## MA CHECK-LIST POUR NE RIEN OUBLIER

- Assiettes, couverts et verres
- Essuie-tout
- Couteau multifonction et décapsuleur
- Eau en quantité
- Café, tasses, sucre
- Sacs poubelle
- Couverture pour s'asseoir
- Chapeaux pour toute la famille
- Lingettes et gel nettoyant
- Brumisateur
- Trousse à pharmacie
- Protection solaire



## Bons plans

**Côté boissons**

### Bien au frais

Un rosé à bonne température, une eau désaltérante... et des accessoires pour que vos boissons restent froides.



Porte-bouteilles isotherme, H 34 cm, La Chaise Longue, 34,90 €.



Pichet isotherme en acier, H 22,4 cm, Incidence, 21,90 €.



Manchon rafraîchisseur en PVC, H 17,6 cm, Refresh, Fly, 8,90 €.

**SOS bobos**

**PRODUITS MALINS ANTI-PÉPINS**  
Pour apaiser les effets des orties ou des piqûres de bêtes, pensez à Flash Séderyl (6 €), on l'a testé, il neutralise vraiment l'acidité de la piqûre. Utile aussi, cette boîte « premiers secours », où l'on trouve des pansements, compresses, désinfectant... Urgo, 16,55 €.



## Des jeux pour petits et grands

A redécouvrir en plein air, pour profiter d'un moment de détente et occuper les enfants.



Mikado en bois, L 80 cm, Maisons du Monde, 17,99 €.

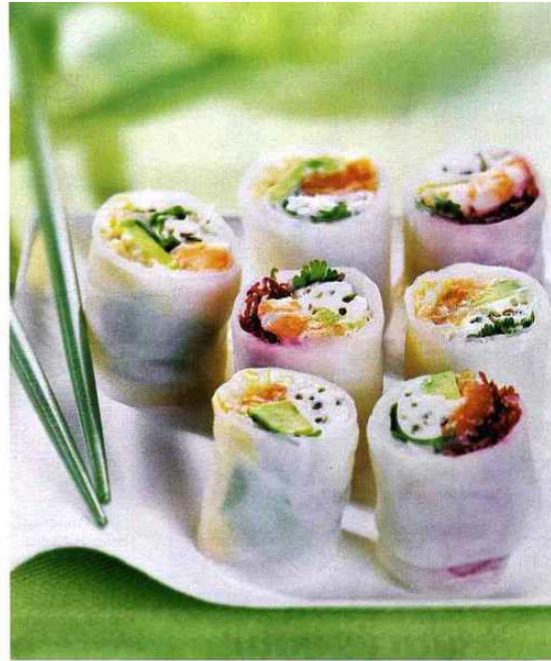


Jeu d'anneaux en pin, Ringo, Maisons du Monde, 14,99 €.



Cerf volant, H 40 cm, Volandina Diamond, Vertbaudet, 8,95 €.

Jeu de raquettes, Oxybul Eveil & Jeux, 19,99 €.



## Des idées qui changent

### MAKIS DE CHÈVRE AUX FINES HERBES

Faites tremper 2 min dans l'eau 12 galettes de riz (pour rouleau de printemps). Egouttez et disposez au centre 150 g de pousses de soja fraîches, 1 avocat mûr coupé en bâtonnets, 2 tranches de saumon fumé ou 6 grosses crevettes roses cuites, coupées en lamelles. Ajoutez 120 g de dés de chèvre ail et fines herbes (Soignon) et 1/2 bouquet de coriandre fraîche ciselée. Rabattez les deux côtés de la feuille puis la partie basse. Enroulez en serrant bien. Renouvelez l'opération, puis tranchez les rouleaux en 3. Arrosez de jus de citron et de sauce soja au moment de servir.

### BOUCHÉES DE CAVIAR DE JAMBON CRU

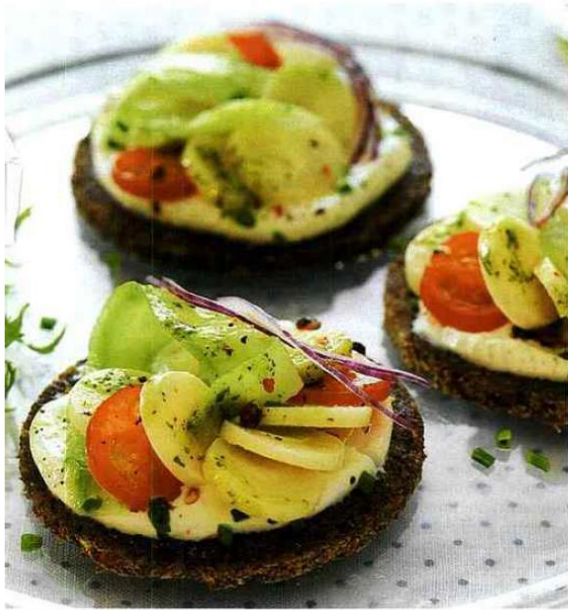
Travaillez 100 g de fromage frais à la fourchette. Poivrez. Découpez un petit concombre dans la longueur avec un épluche-légumes. Salez. Étalez sur les lanières le fromage et le caviar de jambon cru ail et basilic (Aoste). Roulez et fixez avec une pique en bois. Servez.

### TARTINES DE TOMATES À LA BROUSSE

Versez 150 g de brousse, 1 c. à s. de miel liquide, 1 botte de ciboulette ciselée dans le bol du robot et mixez jusqu'à obtenir une crème verte. Salez et poivrez légèrement. Lavez 3 tomates grappe, coupez-les en rondelles. Détaillez 4 fines tranches de speck en lanières. Tartinez 4 tranches de pain aux céréales de la crème de brousse, recouvrez du speck et de la tomate; donnez un tour de moulin à poivre.

PHOTOGRAPHIES: SUEZ/SON TIGER/DE CHÈVRE, JEAN-CLAUDE VIEL/AOSTE, SOPHIE VIVES/BURBIS, PÉYRONNIER/ARCO





CŒURS DE PALMIER - GREENWAVE LAS

**TOASTS NORDIQUES AUX CŒURS DE PALMIER**

Egouttez les cœurs de palmier (d'Aucy), coupez-les en rondelles. Découpez 10 tomates cerises. Détaillez 1 courgette en tagliatelles. A l'aide d'un emporte-pièce, faites des ronds dans 6 tranches de pain noir. Tartinez chaque pièce avec 150 g de fromage frais, alternez tomates, cœurs de palmier et courgette. Arrosez d'huile d'olive, de vinaigre balsamique, ajoutez du basilic ciselé et un anneau d'oignon rouge.

**Pour un apéro XXL**

L'AMIS DU COOL EST D'AMBIER POUR LA SANTÉ. A CONSERVER AVEC MODÉRATION.



**JUS DE FRUITS BIO**  
Ce jus de pommes naturel, sans colorant ni conservateur ni sucre ajouté, séduira petits et grands. Jus de pommes bio, Les amis de Juliet, 5 l, 12 €, magasins bio.



**PETIT VIN DE PAYS**  
Nicolas met ses vins en boîte ou plutôt en BIB. Ce rosé fruité accompagnera à merveille vos salades. Les Petites Récoltes, vin de Pays des Maures, 3 l, 13,80 €.



**RHUM DES ANTILLES**  
Un rhum blanc de Martinique aux notes florales et fruitées, idéal pour les cocktails dont le ti punch. J. Bally, 3 l, 47,55 € + port. [www.lacompaniedurhum.com](http://www.lacompaniedurhum.com).

**Ma vaisselle tout-terrain**

Manger par terre, soit, mais avec élégance! Notre sélection, aussi jolie que pratique.

Set en mélamine, Ø 25, Flor, Cookut, 49 €.



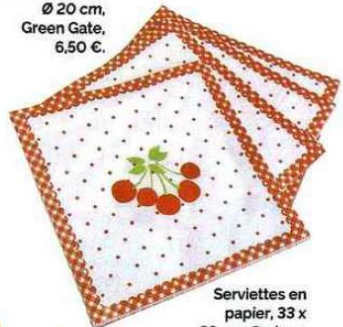
Assiette en carton recyclé Sweet Sunny, Bianca & Family, 5,50 € les 8.



Gobelets en carton, H 9 cm, Harlequin, Bianca & Family, 4,10 € les 12.



Assiette en mélamine, Ø 20 cm, Green Gate, 6,50 €.



Serviettes en papier, 33 x 33 cm, Cerises, Amadeus, 4 € les 20.



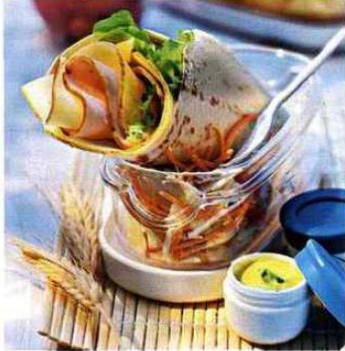
Couverts en bouleau, L 16,5 cm, Bianca & Family, 4,20 € le set de 18 couverts.

**La bonne idée**



Boîte à pique-nique en carton, L 9 x l 9 x H 11,5 cm, Hema, 3 € les deux.





## Le meilleur de la finger food

Sur le podium des délices à déguster du bout des doigts, le club sandwich, talonné par le bagel et le wrap. Nos recettes\*.

**1. LE CLUB SANDWICH** Coupez 2 tomates, 1/4 d'oignon rouge et 1/2 pomme Granny Smith en rondelles. Citronnez la pomme pour éviter qu'elle noircisse. Coupez 4 cornichons aigres-doux en fines lanières dans la longueur. Assaisonnez 40 g de roquette de 1 c. à s. d'huile d'olive et 1 c. à s. de vinaigre. Faites griller 12 tranches de pain de mie sans croûte. Pour monter les sandwiches, tartinez 1 tranche de pain de fromage de chèvre frais nature, ajoutez 1 tranche de filet de poulet (Herta), 1 tranche de mimolette, d'oignon, de tomate, de cornichon, recommencez une fois et terminez par 1 tranche de pain de mie. Maintenez le tout avec une pique. Recommencez pour chaque sandwich.

**2. LE BAGEL** Ciselez 1/2 botte de ciboulette et 10 brins de coriandre fraîche. Hachez 1 petite échalote. Coupez 1/2 oignon rouge et 2 radis en rondelles. Râpez 1/2 carotte. Dans un saladier, mélangez 200 g de fromage blanc nature, 1 c. à s. de miel et 1 c. à s. de vinaigre de cidre, 2 c. à s. d'huile d'olive, les herbes ciselées et 2 pincées de paprika. Assaisonnez. Ouvrez en deux les pains bagels, faites-les réchauffer au four 4 min à 180°C. Étalez la sauce au fromage sur la base, ajoutez 1 feuille de salade iceberg, le radis, les carottes, l'oignon puis de nouveau de la sauce. Posez 2 tranches de filet de poulet (Herta) et, pour finir, coiffez le bagel avec quelques feuilles de salade iceberg.

**3. LE WRAP** Ciselez les feuilles d'1/2 bouquet de coriandre fraîche. Dans un bol, mélangez 250 g de crème fraîche légère avec 1 c. à s. de moutarde à l'ancienne et 1 c. à c. de pâte de curry. Assaisonnez. Sur 1 tortilla à la mexicaine, étalez une couche de cette sauce et parsemez de coriandre hachée. Disposez 1 tranche de blanc de dinde nature ou fumé et 1 ou 2 tranches de fromage (Fol Epi). Roulez le wrap en trois parties comme un burrito.

\* Recettes données pour 4 personnes.



*Cette fois-ci, on n'oublie pas*

### L'INDISPENSABLE COUTEAU

A emporter partout, ce coffret de tire-bouchon de fabrication française en inox et manche en chêne, Millésime, Jean Dubois, 80 €. Couteau suisse, version camouflage rose, 15 ustensiles, Camo fun, Victorinox chez Nature & Découvertes, 39,95 €.



### Spécial grillades



**FONCTIONNEL**  
Barbecue de table à charbon, en acier et silicone, Ø 32 cm, To Go, chez Made in Design, 149 €.

**ÉCOLOGIQUE**  
Un barbecue en bois d'aune et charbon, 2 h d'autonomie, Ø 27 cm, Biogrill, Nature & Découvertes, 11,95 €.



**DISTINGUÉ**  
Barbecue nomade, acier inoxydable, L 44 x P 32 x H 12 cm, RSBarcelona Mon Oncle chez Fleux, 276 €.



## Top 3 Pour faire plaisir aux plus jeunes



Gourde avec leur dessin, Madame Pop and Kids, 35 €.



Sac besace isotherme, 25 x 25 cm, Pack & Fly, 27 €.



Boîte à bento, en ABS, Mini Labo et Bento & Co, 28 €.



## A l'heure de l'apéro

Prêtes à grignoter ou faites maison, tapenades, chips, rillettes et petites recettes à savourer entre copains. Notre sélection.

### J'achète



**TAPENADE GRECQUE**  
Délicieuse tapenade d'olives Kalamata au goût intense, signée Les Ensoleil'ades, 2,95 € les 150 g.



**CHIPS DE LÉGUMES**  
Panais, betteraves, patates douces, Picard lance ses chips de légumes. A l'Heure de, 2,60 € les 100 g.



**RILLETTES VARIÉES**  
Au citron, au chèvre, aux olives, Secrets de Famille en propose toute une collection. Dès 3,40 €, les 90 g.

### Je le fais



**TAPENADE D'OLIVES**  
Dans un mortier, pilez 100 g d'olives noires avec 100 g de filets d'anchois, 1/2 cuil. à c. de moutarde et 100 g de câpres. Travaillez jusqu'à obtenir une pâte. Ajoutez 10 cl d'huile d'olive en filet. Montez la préparation comme une mayonnaise.



**CHIPS A L'ANCIENNE**  
Détaillez à la mandoline 500 g de patates douces, 500 g de betteraves et 500 g de panais. Dans une sauteuse, chauffez un bain de friture et faites-les frire par petites quantités, jusqu'à les dorer. Egouttez sur du papier absorbant. Assaisonnez.



**RILLETTES DE CHÈVRE**  
Mélangez 150 g de thon au naturel émietté avec 1 cuil. à soupe de crème fraîche, 1 cuil. à café de moutarde et 50 g de fromage de chèvre frais. Assaisonnez. Servez frais, parsemé de feuilles de persil et de basilic ciselées.

### A emporter partout même dans l'eau!

**100% ÉTANCHE**  
Waterproof, cette enceinte s'emporte aussi dans la piscine où elle flottera en musique grâce à la connexion Bluetooth! Robuste et idéale pour le plein air. Artsound R9BT, 120 €.



### 3 applis et sites utiles

**IPHIGÉNIE**  
L'appli de l'Institut géographique national permet de visualiser toutes les routes, tous les sentiers de France, et un peu d'ailleurs. Iphigénie, iOS et Android, gratuit 7 jours, puis 5,49 €/mois et 13,99 €/an.

**PICNIC POCKET**  
Des recettes, astuces et conseils en vidéo, pour réussir tous vos pique-niques. Gratuit. iOS

**PIQUE-NIQUE**  
Plus de 3800 aires de pique-nique en France sont référencées sur ce site et son appli associée, dont plus de 200 géolocalisées. Gratuit. Android.

### Vraiment pratique, le sac porte-tarte

#### À BRODER OU DÉJÀ TOUT FAIT

Spécial créatives, le sac à customiser, en lin, Les Brodeuses Parisiennes, 30,50 €. Pour les plus pressés, en toile basque, coll. Ogeu, Artiga, 39 €.



### J'ai le droit de...

#### ... M'INSTALLER OÙ JE VEUX ?

Oui, dans les lieux publics et sur les plages de l'espace public maritime, sauf en cas d'interdiction prise par arrêté municipal et mentionnée sur un panneau. Dans les lieux privés (prés et clairières compris), il faut l'autorisation du propriétaire.

#### ... FAIRE DES GRILLADES ?

C'est interdit l'été dans une grande partie du sud de la France, dont le Var, à cause du risque incendie. C'est interdit aussi à Paris dans les parcs et jardins. Certains sites touristiques proscrivent les feux individuels, mais mettent à la disposition du public des barbecues « en dur ».

#### ... OUVRIR UNE BOUTEILLE DE VIN, DANS UN PARC EN VILLE ?

Pas toujours. Préférez le jus de fruit au petit rosé, pour trinquer sur les bords de la Garonne à Toulouse ou au Champs-de-Mars à Paris. Risque: 38 € d'amende et la confiscation des bouteilles. Plusieurs villes comme Paris, Lyon, Marseille, Lille, Nice, Strasbourg, Toulouse, Rouen, Aix-en-Provence, Annecy, Orléans interdisent la consommation d'alcool dehors, sauf à la terrasse des cafés. Renseignements à la mairie ou au commissariat d'arrondissement.

#### ... ECOUTER DE LA MUSIQUE À FOND ?

Dans les parcs et jardins parisiens, l'usage d'appareils audio n'est autorisé qu'avec des écouteurs. En pleine nature, faire hurler les décibels peut incommoder des promeneurs. Sanction encourue si on « porte atteinte à la tranquillité du voisinage »: une amende de 450 €.

#### ... LANCER UNE LANTERNE CÉLESTE ?

Faire voler des lanternes est très réglementé. C'est interdit à moins de 50 m des lignes électriques ou de leurs supports, des routes, des voies ferrées et des lieux à risque comme les stations-service. C'est également proscrié à moins de 8 km des aéroports internationaux et en cas d'arrêté préfectoral lié à la sécheresse.

KALAMKA, PICARD, ISTOCKPHOTO, THEISTOCK/GETTY IMAGES, HERBER, THEISTOCK/GETTY IMAGES