

## Lully/GE: Marché de la Plaine du Loup

# Faire plaisir et se faire plaisir

Au Marché de la Plaine du Loup, à Lully, Muriel Brique propose un choix complet d'aliments d'origine locale: fruits, légumes, viande, poissons et produits transformés. «Vous n'imaginez pas les délicatesses que l'on trouve entre Genève, la Suisse romande et la France voisine», s'émerveille-t-elle. A l'approche des Fêtes, elle compose de superbes paniers garnis et écoute volontiers vos souhaits quant à la manière de les remplir pour vos amis.

Le cœur de l'hiver n'est pas sans charmes au Marché de la Plaine du Loup. Qui aurait cru la nature aussi généreuse à la saison froide? Panais et racines de persil (qui se ressemblent), betterave et betterave chioggia striée, simples pommes de terre, courges classiques, butternut, potimarron, rutabaga... la terre est riche en hiver.

Qu'ils soient en gratin ou cuits à l'os à moelle, les cardons réconcilient par leur douceur fondante avec la mauvaise saison. Le Marché de la Plaine du Loup les propose frais, entiers ou coupés, cuits sous vide dans du lait et toute l'année en bocaux. Un peu de protéines? La saucisse au chou IGP de Morges et le saucisson vaudois IGP sont tendres et goûteux. A moins que le boeuf GRTA, les charcuteries de Bernex ou les poulets Marsillon GRTA, nourris aux grains du domaine et élevés en plein air, n'aient vos faveurs.

### Une fondue!

Pas d'hiver sans fondue! Le Marché de la Plaine du Loup vous réserve un mélange moitié-moitié de Grandvillard (FR). Il est aussi l'un des deux seuls points de vente genevois de «La Welsch», un assemblage des sept cantons romands: Vacherin fribourgeois, Raclette du Valais, Tourbier (NE), Mon Petit Michel de Combremont (VD), St-Ursanne (JU), fromage de la Ferme



Les délicieux paniers garnis de Muriel.

Bieri à Genève et Montagne du Jura de la fromagerie Spielhofer (BE).

### Des produits sans gluten

Muriel Brique ajoute de plus en plus d'articles sans gluten à son assortiment, qui contient déjà du pain, des pâtes, des biscuits et du granola. Et, été comme hiver, tous les jeudis, le Marché reçoit des filets de perche du Léman et des filets de truite d'élevage biologique de l'Isle-sur-Morges. C'est bien de se faire plaisir, mais il faut aussi penser à faire plaisir. C'est à cela que servent les paniers garnis que Muriel Brique prépare sur mesure. Ils peuvent contenir des vins genevois, du Limoncino tessinois, du gin vaudois distillé au feu de bois ou du whisky zurichois. Mais cela n'exclut pas les lentilles de Sauvigny ou le miel genevois et tous les produits d'épicerie du Marché. Le Marché de la Plaine du Loup propose de nombreuses places de parking gratuites.

Deux bus, le 47 et le 48, s'arrêtent à un jet de pierre du magasin (arrêt de Pré-Polly). Toutes les cartes de paiement sont acceptées, mais pas Twint. Il est possible de communiquer ses achats par téléphone pour venir récupérer son panier déjà prêt aux heures d'ouverture du magasin. ■

CESARE ACCARDI

### Marché de la Plaine du Loup

1, chemin des Cornaches - 1233 Bernex/Lully

Bus 47 ou 48, arrêt Pré-Polly

Horaires d'ouverture:

du mardi au vendredi, de 9h à 12h et de 14h à 18h,

samedi de 9h à 16h30 - Tél. 022 757 40 47

Mail: la-plaine-du-loup@hotmail.ch

www.lemarchedelaplaineduloup.com

### GROS PLAN

### Méli-mélo de betteraves, navets et choux-fleurs rôtis au vinaigre balsamique

La beauté du méli-mélo de betteraves chioggia, navets et choux-fleurs est d'unir les stries blanches et rouges des betteraves au dégradé blanc/violet du navet et au jaune du chou-fleur, que l'on peut renforcer avec un peu de curcuma. Et puis cet assemblage combine des saveurs et des consistances complémentaires.

Après avoir lavé et épluché les légumes, coupez-les en morceaux de cinq centimètres, puis mélangez-les avec de l'huile d'olive et du sel dans un saladier. Etalez-les sur une plaque à four et faites cuire trente à quarante minutes.

Pendant la cuisson, portez à ébullition dans une petite casserole un verre de vinaigre balsamique avec une cuillère à soupe de miel. Laissez réduire le mélange à feu doux et faites refroidir les légumes et la sauce avant de les servir. Saupoudrez de persil au besoin. Courges, panais ou racines de persil se prêtent aussi à cette recette simple et de saison.