

Accueil » [Actuel](#) » Texte complet

Le samedi 10 mai 2008

Le barbecue, c'est aussi pour les légumes!

[Michel Marois](#)

La Presse

Enfin l'été! Après toute cette neige qui nous est tombée dessus cet hiver, l'envie de déguster des repas à l'extérieur est plus forte que jamais. Tout le monde a sorti son barbecue et les odeurs de grillades parfument déjà les soirées chaudes.

Parallèlement, les gens sont de plus en plus conscients de l'importance d'une saine alimentation, pas toujours en accord avec la cuisson sur charbon de bois ou dans des appareils trop enfumés.

Pour son cahier spécial barbecue, l'équipe d'Actuel Gourmand a fait appel à l'un des chefs les plus respectés du Québec, Ian Perreault, pour suggérer des plats savoureux, accessibles, abordables et résolument santé. Et quoi de mieux que des légumes pour préparer un menu estival succulent. Après tout, le barbecue, ce n'est pas que pour la viande !

Prêts-à-manger



[Agrandir](#)

Le chef Ian Perreault est un touche-à-tout qui brille partout où on lui offre la chance de montrer son talent.

Photo Alain Roberge, La Presse

Ian Perreault est certainement l'un des chefs incontournables du paysage gastronomique québécois. Les amateurs ont gardé un souvenir ému de son regretté restaurant Area, et ils sont de plus en plus nombreux à découvrir son comptoir de plats «Prêts-à-manger», rue Bernard.

Passionné, perfectionniste, sûr de lui, Ian Perreault est un touche-à-tout qui brille partout où on lui offre la chance de montrer son talent. Traiteur réputé,

on l'a vu à la télé et sur l'internet. Auteur du livre Cuisine revisitée, il a toujours plein de projets.

Ces jours-ci, c'est donc dans un beau local du Théâtre Outremont qu'il réinvente l'art du prêt-à-manger en proposant une cuisine savoureuse, éthique et respectueuse de l'environnement. Ian Perreault n'a jamais lésiné sur la qualité des produits, et ce qu'il offre à son comptoir est digne des meilleures tables de Montréal.

En plus du menu courant, on peut commander 72 heures à l'avance les spécialités du chef – la joue de veau biologique braisée ou les savoureuses cocottes de couscous, par exemple. L'été, une grande terrasse ensoleillée et confortable permet de déguster sur place la cuisine du chef et de son équipe.

Et Ian envisage d'ouvrir bientôt d'autres succursales de ce « Prêts-à-manger », qui est une formidable réponse aux défis posés par l'accélération du rythme de la vie urbaine.



[Agrandir](#)

Pour son cahier spécial barbecue, l'équipe d'Actuel Gourmand a fait appel à l'un des chefs les plus respectés du Québec, Ian Perreault, pour suggérer des plats savoureux, accessibles, abordables et résolument santé.

Photo Alain Roberge, La Presse