

# Régal

**Crue,  
cuite, mixée  
SUBLIMEZ LA  
TOMATE**

N°126 JUILLET AOÛT 2025

**85  
RECETTES  
EXCLUSIVES**

## LA CUISINE DU *soleil*

Filo, brick, kadaïf...

**ON CRAQUE  
POUR LEUR  
CROQUANT**

*C'est l'été, cuisinez  
comme les Grecs!*

**Confite, fondante, épicée,  
divine aubergine**

**MIEUX  
MANGER  
VRAIMENT!**

*Pêches confites,  
chantilly au miel et kadaïf*

**Bien choisir son poisson  
Bon, sain et durable**

**JEU CONCOURS**

**UNE CROISIÈRE  
POUR 2 À GAGNER**





Brick, filo, kadaïf... les desserts voyagent p. 102



Plongez dans la gastronomie croate p. 112

## Week-end

### À l'heure grecque

La Grèce s'invite à votre table avec des plats simples où les brochettes sont à l'honneur **84**

## Régal en bouteilles

Bandol, le rosé en terrasses... **94**

## Desserts

Ces pâtes qui nous font craquer  
Feuilles de brick, pâte filo et kadaïf viennent faire croustiller nos fruits d'été **102**

## Ailleurs

Croatie. Le Kvarner en avant-première  
Son nom ne vous dit rien, et pourtant c'est la future Région européenne de la gastronomie 2026. Découvrez avant tout le monde ce qu'elle a de meilleur à offrir **112**

On en parle **125**

Carnet d'adresses **126**

Index **128**

6 fiches recettes. Bar à salades **129**

## Au menu du prochain Régal

En kiosque dès le 28 août 2025



© EMANUELA CINO

**Une grande famille**  
Butternut, potimarron, spaghetti... les courges sont au menu de l'automne.



© DESGAGÈS / PHOTOCUSINE

**Les goûters de la rentrée**  
Avec ou sans les enfants, faites le plein de recettes gourmandes pour le tea time.



© PLOTON / PHOTOCUSINE

**Lasagnes : les pâtes qui changent du gratin**  
Cette simple feuille de pâte rectangulaire est pleine de ressources. Variez les garnitures, les toppings, les dressages, osez réinventer un grand classique italien.

**Tellement chou**  
Justine Piluso nous confie toutes ses astuces pour sublimer le chou-fleur.

**Givre de sel**  
Voyage dans le désert blanc d'Égypte à la découverte d'un sel rare.



Situé entre l'Istrie à l'Ouest, la Croatie Centrale au Nord et la Dalmatie au Sud, le Kvarner (*cercle bleu ci-contre*) est l'une des 20 régions de Croatie. Elle compte 1185 km de littoral et pas moins de 36 îles.

*Croatie*

# LE KVARNER EN AVANT-PREMIÈRE

TEXTE HÉLÈNE PIOT PHOTOS NICOLAS LOBBESTAËL





**Dans quelques mois, ce sera *the place to be* : le Kvarner, au nord-est de la Croatie, sera la Région européenne de la gastronomie pour l'année 2026. Ses bons plans, ses marchés, ses restaurants et ses vins : on vous dit tout avant tout le monde.**

**V**ous voyez le mur de Berlin ? Eh bien chez nous, c'était ce chenal. Jusqu'à la Première guerre mondiale, l'histoire était déjà compliquée : Rijeka était le débouché maritime de la Hongrie, alors que l'Autriche encerclait la ville. En 1924, l'ouest est devenu italien et l'est yougoslave. Plus tard, sous l'occupation nazie, ma mère faisait du marché noir entre les deux rives en cachant du sucre dans mes vêtements de bébé. En 1948, la ville est devenue 100 % yougoslave. Et depuis 1991, nous sommes Croates. » Derrière son sourire, sa blondeur et ses yeux bleus ourlés d'un mascara appuyé, Durcica Kovacic s'amuse à perdre ses clients dans les méandres de l'histoire de Rijeka, la capitale régionale du Kvarner. À plus de 70 ans, la coquette guide touristique a tout vécu de l'histoire récente de la région : le pire et le meilleur. ►



### DES TRÉSORS QUI SE MÉRITENT

Les asperges sauvages et les langoustes du Kvarner sont réputées dans toute la Croatie. Mais les acheteurs doivent faire leurs preuves avant que les commerçants comme Dijana acceptent de leur vendre les plus belles pièces : « *Quand un jeune chef déboule, j'attends d'être sûre qu'il va respecter le produit pour lui en vendre beaucoup.* »



*Classé au patrimoine culturel croate, le marché aux poissons de Rijeka vaut autant pour ses étals que pour les animaux marins qui ornent la façade et les stands.*



« *Et le meilleur, c'est maintenant !* » Gourmande, elle sait mieux que quiconque dans quel domaine l'héritage de ce passé très heurté se retrouve le plus : la cuisine. « *Résultat : on mange des pâtes comme les Italiens, des saucisses et du strudel comme les Autrichiens, du goulasch comme les Hongrois, des ražnjići et čevapčići [brochettes et boulettes] comme les Yougoslaves, et du poisson parce qu'on a 1185 km de côtes !* »

### DES FROMAGES AU NOM DE GÉANTS

Si Durcica emmène souvent les vacanciers dans ce coin de Rijeka, c'est autant pour leur montrer le fameux pont que pour les entraîner vers le très remuant marché quotidien. Autour de la grande halle aux poissons – un magnifique bâtiment Art nouveau sur deux étages carrelé de jaune –, étals provisoires et échoppes permanentes se succèdent dans toutes les rues alentour. Certains commerces sont ouverts au grand public, d'autres sont manifestement les fournisseurs exclusifs des meilleurs restaurateurs du coin. Daniela Kramarić, propriétaire du **Plavi Podrum**, l'un des établissements les plus réputés du Kvarner depuis des décennies, en fait partie. L'accorte quinquagénaire, casque de cheveux roux et lèvres carmin, négocie àprement d'immenses poulpes qui semblent pêchés à l'instant. Les petites soles et les rougets de roche à la tête rouge ou de sable, plus pâles, rejoignent une caisse frétilante de grosses crevettes de Dalmatie à l'arrière de sa fourgonnette qui obstrue la ruelle. Vite, vite ! La cargaison emmenée par Stevo, son assistant, part vers le restaurant, tandis que la patronne s'attelle à choisir ses fromages. « *Nous n'en avons pas beaucoup au Kvarner, alors nous optons souvent pour ceux d'Istrie, qui n'est qu'à quelques kilomètres. J'aime beaucoup le veli joze, un fromage de vache affiné pendant un an. Il porte le nom d'un gentil géant folklorique d'Istrie. La ferme qui le fabrique, Latus, est célèbre pour cette production, mais plus encore pour son fromage appelé Urbani. Celui-là demande 4 ans d'affinage ! Hélas, sa production s'écoule très vite. Donc le prochain sera prêt... dans deux ans.* »

Plus loin, ce sont les primeurs qui attirent l'attention de Daniela. En ce printemps capricieux, les premières asperges sauvages commencent tout juste à faire leur apparition. Les marchands ▶

PO

100  
(fac  
cho  
pers  
de p  
fraî  
de f

● H  
pon  
sau  
pen  
Pou  
car  
le p  
env  
● P  
inc  
de l  
la c  
Ser



## Jota

Recette du restaurant Muncipium, à Rijeka-

**POUR 4 PERSONNES PRÉPARATION 25 MIN CUISSON 40 MIN**

**FACILE**

100 g de pancetta ou de bacon • 4 saucisses fumées (facultatif) • 1,4 kg de haricots rouges en boîte • 250 g de choucroute • 1 pomme de terre • 1 carotte • 3 c. à soupe de persil frais • 2 oignons • 3 ou 4 gousses d'ail • 1 l de bouillon de poule • 1 c. à soupe de paprika • 1 c. à café de poivre fraîchement moulu • 9 cl d'huile de tournesol • 3 c. à soupe de farine • Sel.

- **Hachez les oignons et le bacon.** Pelez la carotte et la pomme de terre et coupez-les en dés. Faites revenir les saucisses fumées, le bacon et les oignons dans 3 cl d'huile pendant 5 min, puis ajoutez l'ail pelé et la moitié du persil. Poursuivez la cuisson encore 1 min. Ajoutez les dés de carotte et de pomme de terre, la choucroute, le bouillon, le paprika et le poivre. Remuez, couvrez et laissez cuire environ 20 min jusqu'à ce que les légumes soient tendres.
- **Préparez un roux** avec 6 cl d'huile et la farine, puis incorporez-le à la jota. Ajoutez les haricots avec le liquide de la boîte. Mélangez bien, salez si besoin. Poursuivez la cuisson pendant 10 min, ou davantage si vous voulez. Servez avec l'autre moitié du persil ■

## TRADITION BISTROT

Avec sa déco en filets de pêche et ses maquettes de bateaux, **Konoba Feral**, que l'on pourrait traduire par « taverne brute », joue clairement la carte du poisson.

**Muncipium** (ci-dessous) évoque davantage l'intérieur des terres. Derrière le comptoir de sa *kuhinja* (cuisine), **Jasna Cunja**, la propriétaire, sert tous les jours la jota, roborative et délicieuse soupe à la choucroute et aux haricots rouges.





### DES DESSERTS AU GOÛT D'EUROPE CENTRALE

*Vatrouchka* fondantes, gâteaux crémeux à étages... L'influence de l'empire austro-hongrois est palpable sur les desserts du Kvarner. Ci-dessous, le gâteau de Bakar, du nom d'un village cosu, fief d'armateurs et de capitaines, témoigne de la richesse de ses habitants, qui pouvaient s'offrir du sucre, du chocolat et des noix en quantité. Il est toujours servi lors d'événements festifs ou sur les marchés traditionnels.



*Avec des sommets culminant à 1400 m d'altitude à seulement 20 minutes des côtes, la consistante cuisine de montagne n'est jamais très loin.*



ne se privent pas pour faire monter les prix: 5 voire 10 € la botte de 100 g, contre 2,50 € dans quelques semaines, quand elles seront plus nombreuses. « C'est l'un des produits phares de notre région, nous en sommes très fiers. Elles sont amères, et le deviendront encore beaucoup plus à maturité. C'est comme ça qu'on les aime. L'une des meilleures façons de les savourer, c'est en omelette. Ici, on fait la même recette au restaurant et dans les familles. Comme la saison ne dure pas longtemps, tout le monde se jette dessus. On peut en manger tous les jours et, le week-end, la cueillette devient un sport national! »

### SOLIDE, LA PAUSE CASSE-CROÛTE

Tout ça nous a donné faim: direction les bistrots de la ville. Si les *konoba* de Rijeka se sont embourgeoisés au fil du temps et du tourisme, le terme désigne au départ une adresse bon marché où les travailleurs pouvaient avaler le plat du jour en un quart d'heure. « Sous Tito, la journée de travail s'étendait de 6 h à 14 h, nous explique Durcica, la guide. Vers 10 ou 11 h, les gens avaient une pause d'une demi-heure pour manger rapidement quelque chose de chaud et de pas cher. Les *konoba* répondaient à ce besoin. Peu à peu, les horaires sont plutôt devenus 8 h-16 h, toujours avec une demi-heure de pause. Et aujourd'hui, plus la Croatie se rapproche politiquement de l'Europe, plus elle adopte ses horaires: 9 h-18 h, avec une pause d'une heure. » Pour rassasier ces clients pressés, chaque *konoba* a longtemps mis à sa carte la *jota*, et beaucoup la proposent encore. « Cette soupe à la choucroute et aux haricots secs ramène chaque Croate à l'enfance, car c'est vraiment un plat typique des familles, nous raconte Jasna Cunja, la patronne du *Municipium*. Chacune a sa variante, avec ou sans viande, plus ou moins de pommes de terre, des haricots blancs, de l'orge... Vous pouvez la préparer en grande quantité et la garder deux jours. On la retrouve aussi en Istrie et en Slovénie. L'autre grand plat typique, c'est le poulet farci au lard, œufs, pain rassis, jambon cuit et oignons de printemps. On le sert avec de la salade verte, des pommes de terre ou de la polenta. Avec ça dans le ventre, vous pouvez retourner travailler sur n'importe quel chantier! »



### BAŠKOTS ET BISCOTOS

Comme ceux de bien des boulangers, les muscles de **Nenad Gaćeša** sont impressionnants. C'est qu'en plus des pains et viennoiseries classiques, le boulanger de Bakar fabrique des stars : les *baškots*. « Pour faire 25 pièces, il faut un pâton de 2,9 kg. J'en fais 1500 pièces par jour, faites le calcul », rigole-t-il. Les *baškots* ? Ces biscuits de marins (de l'italien *biscotti*, cuits deux fois, qui a donné *biscottes* chez nous) sont tout simples : farine, sel, eau, sucre, levure et huile de tournesol. Mais ils sont célèbres dans toute la baie du Kvarner depuis le XVIII<sup>e</sup> siècle. Leur point fort, c'est leur durée de conservation (des mois) et leur forme : des anneaux, faciles à enfiler sur une corde à bonne distance des rongeurs et autres vermines qui polluent la vie d'un bateau. Il en existe une version plus tendre, qui cuit moins longtemps et fait le délice de la jeunesse qui ne manque pas de s'arrêter à la boulangerie pour les dévorer tout chauds, vers 5 h du matin, en rentrant de soirée. Nenad pourrait-il changer la recette, y ajouter de la cannelle ou des graines de cumin ? Les bras croisés, c'est non. Il a bien essayé un jour d'y mettre du chocolat, mais le résultat ne valait pas l'original... La tradition, c'est du costaud.



### COMME DES COQS EN PÂTE CHEZ KUKURIKU

La famille Kukurik tient des restaurants depuis six générations. Si les clients ne voient pas souvent David, le chef, qui préfère la discrétion des cuisines, ils peuvent compter sur son père, Nenad, et son équipe, pour les accueillir chaleureusement. Le menu est sobre et on ne le choisit pas (en 3, 5 ou 7 plats), mais la carte des vins a l'épaisseur d'un annuaire.



Pour une région aussi petite (2 000 km<sup>2</sup>, la taille des Yvelines), le Kvarner a une gastronomie incroyablement diversifiée. La zone montagneuse du Gorski Kotar fournit du gibier, des châtaignes, des baies sauvages, des champignons et des truites en quantité. Le littoral continental, très fier à juste titre de ses langoustines, de ses asperges sauvages et de ses cerises, est également connu pour sa polenta *kompirica* aux pommes de terre, épaisse et élastique, servie avec du *Grobnik*, un fromage de brebis à pâte dure et ses *rupice*, des anchois ou sardines à la purée de blettes. Les cinq îles principales, Krk, Cres, Rab, Losinj et Pag, proposent de l'agneau de prés salés, du chou farci, des fromages et du jambon de brebis, du miel de sauge, et bien sûr logiquement une cuisine de la mer, classique ou plus désarmante pour un palais français (goûtez l'omelette au poulpe séché).

### DES GOUSSES D'AIL À NOËL

« Vous trouvez ça original ? Attendez de venir passer un Noël chez nous ! », s'amuse Nenad Kukurik. Le jovial patron du Kukuriku à Kastav prend un malin plaisir à détailler : « Le matin du 24, votre petit déjeuner sera constitué de figes sèches et d'eau-de-vie de figes, avec éventuellement du fromage de brebis. À midi, les fameux *rupice* (recette ci-contre). Au goûter, des gousses d'ail crues trempées dans le miel. Et le soir, des tartines de brandade froide. Le 25, après un petit déjeuner de charcuterie et de fromage, on mange de la dinde, parce qu'elle gratte la terre en l'envoyant derrière elle, symbole de l'année écoulée. Alors que le 31, on cuisine du cochon, qui explore la terre devant lui avec son groin, symbole de l'année à venir. Et à 2 h 30 du matin, on sert ceci : des sarmas, rouleaux de choucroute farcis à la viande et à l'ail, pour éponger l'alcool. » Goguenard, le quinquagénaire pose devant le client médusé, et bien content d'échapper aux gousses d'ail au miel, l'avatar local du chou farci. Délicieux ! Nenad a l'habitude de surprendre ses hôtes. Son village de Kasav, à deux kilomètres de la mer à vol d'oiseau mais déjà 350 mètres d'altitude, cache derrière des allures de place forte médiévale des trésors de finesse architecturale et gastronomique. « C'est à l'image du Kvarner », commente le patron, qui est l'un des ambassadeurs officiels du projet Région gastronomique 2026. « On est séduit dès l'arrivée, et plus on le connaît, plus on l'aime ! »

*Des coqs sur les coussins, les menus, les tableaux : le Kukuriku porte bien son nom. Cocorico, les Français y sont dans leur élément !*



Re  
PC  
40  
de  
pel  
● F  
me  
de  
hac  
● M  
file  
con  
de  
qu'



#### AMBASSEURS DE CHOC

Nikola Udovičić (restaurant Burin à Crikvenica) et Gabriela Filca (Nebo, le restaurant de l'hôtel Hilton à Rijeka) représentent deux des visages les plus avenants du Kvarner : Nikola en tant qu'ambassadeur du projet Région de la gastronomie 2026, et Gabriela parce qu'elle est, à 24 ans, la plus jeune cheffe étoilée de Croatie. Sa polenta est à son image : recherchée, originale et tout en finesse.

### Anchois frits à l'ail et aux blettes

Recette du chef Nikola Udovičić, restaurant Burin à Crikvenica

POUR 4 PERSONNES PRÉPARATION 25 MIN CUISSON 30 MIN

FACILE

400 g d'anchois ou de sardines en filets • 300 g de blettes • 150 g de pommes de terre coupées en dés • 150 g de persil • 60 g d'ail pelé • 80 g de féculé de maïs • Huile d'olive • Sel et poivre.

● **Faites blanchir les blettes** 1 min à l'eau bouillante, puis mettez-les dans l'eau glacée. Faites revenir les pommes de terre 25 à 30 min avec un peu d'huile d'olive et 10 g d'ail haché. Ajoutez les blettes, salez, poivrez et mélangez.

● **Mixez 50 g d'ail**, le persil du sel et du poivre. Roulez les filets d'anchois 2 par 2 dans cette pâte, pressez-les l'un contre l'autre puis roulez-les rapidement dans la féculé de maïs. Faites-les frire 1 à 2 min dans l'huile jusqu'à ce qu'ils soient dorés. Servez-les avec les légumes ■





### PASSION MER DE PÈRE EN FILS

Tous les matins depuis 40 ans, **Bruno Vunič** (au centre) et son frère **Nikola** (à droite) prennent la mer pour aller y jeter un kilomètre de cordes. Tous les 25 mètres, un casier y est attaché et plonge à 60 m de profondeur, là où nichent les langoustines. « Nous ne les pêchons pas, nous les cueillons. C'est la truffe de la mer ! » La haute saison s'étend d'avril à juillet. Leur premier client est leur neveu et fils **Stiven** (à gauche), le chef du très chic **Zijavica**.



*Les langoustines, appelées ici scampi comme en Italie toute proche, sont considérées comme un trésor local du Kvarner. Elles sont réputées dans le monde entier !*



### LES LANGOUSTINES ? C'EST BON VIVANT

Dans une région qui compte plusieurs centaines de kilomètres de côtes, l'importance de la mer est capitale et il n'est pas rare que les pêcheurs approvisionnent directement les restaurants. La famille **Vunič** est emblématique de cette organisation : Nikola, 66 ans, et son frère Bruno, 56, partent tous les jours en mer pour approvisionner Stiven, leur fils et neveu, chef et copropriétaire avec sa femme, Tea, du restaurant **Zijavica** à **Moscenicka Draga**, dont la terrasse entièrement vitrée offre une vue époustouflante sur la magnifique baie de **Volosko**. Depuis sa cuisine à 200 mètres de la jetée, le jeune homme n'a pas loin à aller pour récupérer le trésor que lui rapportent chaque jour ses deux aînés : des langoustines frétilantes, réputées parmi les meilleures du monde. « Visuellement, elles ressemblent aux langoustines scandinaves, mais elles sont plus goûteuses en raison des marnes bleues dans lesquelles elles évoluent. Vous voulez goûter ? » D'un geste décidé, il se saisit d'un crustacé, lui arrache la tête qu'« il faut sucer », ouvre sa carapace et dévore l'animal dont les pattes bougent encore. Après un instant de flottement, on se lance. Après tout, les Français n'hésitent pas à manger des huîtres... Verdict : la chair, délicatement sucrée et iodée, est effectivement exquise !

### SUR LA ROUTE DU POISSON BLEU

Ici, les produits de la mer ne constituent pas une nourriture, mais une religion et une matière enseignée à l'école : non seulement il y a du poisson plusieurs fois chaque semaine au menu de la cantine, et il est excellent, mais en plus, dès la maternelle, on montre aux élèves comment vider et préparer les sardines, cuisiner des pâtes au thon, des maquereaux, des anchois... Résultat : tout le Kvarner est fan de poissons bleus ! Ces derniers ont même une Route gastronomique à leur gloire depuis 2012, jalonnée par une dizaine de restaurants entre les villages de **Selce** et **Dramalj**, et un rallye qui voit courir des centaines de gourmands sur 12 kilomètres en septembre, pour le plaisir de s'arrêter aux huit étapes gourmandes. La meilleure rime du Kvarner ? C'est clairement l'air de la mer... ■

500  
• 30  
• Ur

• C  
et r  
• É  
rev  
et l  
ens  
• P  
du  
sel.  
refr  
• F  
20  
rev  
• S  
sau



## Filet de bar du Kvarner, chou vert et céleri

Recette de Stiven Vunič, restaurant Zijavica

POUR 4 PERSONNES

PRÉPARATION 30 MIN CUISSON 2 H

**FACILE**

500 g de filet de bar • 1 petit chou vert • 300 g de céleri-rave  
 • 30 cl de lait entier • 10 cl de jus de pomme • 115 g de beurre  
 • Un peu de thym • Sel et poivre.

- **Coupez le filet de bar en 4 pavés.** Salez-les côté peau et réservez-les.
- **Épluchez le céleri et coupez-le en dés.** Faites-les revenir dans une poêle avec 75 g de beurre. Ajoutez le lait et laissez cuire jusqu'à ce que le céleri soit tendre. Mixez-le ensuite avec le jus de pomme et une pincée de sel.
- **Préchauffez le four à 200 °C.** Enveloppez le chou dans du papier aluminium avec 20 g de beurre, du thym et du sel. Enfourez-le pour 1 h 20. Laissez ensuite le chou refroidir puis découpez-le en portions de 150 g.
- **Faites revenir le poisson côté peau** dans une poêle avec 20 g de beurre pendant 1 min. Débarrassez-le et faites revenir le chou des deux côtés dans la même poêle.
- **Servez le filet de bar accompagné du chou** et de la sauce au céleri ■



## Gâteau au chocolat, à l'orange et à l'huile d'olive, glace vanille

Recette de Tea Vunič, restaurant Zijavica

POUR 6 PERSONNES

PRÉPARATION 20 MIN CUISSON 45 MIN

**FACILE**

1 l de glace à la vanille. **POUR LE GÂTEAU** • 140 g de chocolat noir de qualité • 1 orange bio • 4 œufs • 110 g de cassonade • 200 g d'amandes finement moulues • 18 cl d'huile d'olive.  
**USTENSILE** • 1 moule de 30 cm de ø.

- **Préchauffez le four à 170 °C.** Faites fondre le chocolat au bain-marie. Mixez finement l'orange entière.
- **Dans un saladier, battez les œufs et le sucre.** Ajoutez l'huile d'olive et le chocolat fondu. Incorporez ensuite à la spatule la poudre d'amande et l'orange mixée. Versez l'appareil dans le moule préalablement beurré (l'épaisseur du gâteau ne doit pas dépasser 3 cm). Enfourez pour environ 45 min.
- **Dressez les assiettes :** faites des quenelles de glace à la vanille et couvrez-les de brisures de gâteau au chocolat.

\* En été, la cheffe ajoute des cerises rôties : préchauffez le four à 130 °C. Placez 300 g de cerises non dénoyautées sur une plaque couverte de papier cuisson. Enfourez-les pour 1 h en les salant très légèrement à mi-cuisson. Servez-les autour de la glace avant de mettre les morceaux de gâteau ■



### LE SURVIVANT DE VUKOVAR

Chassé de Vukovar par la guerre en 1991, **Miroslav Palinkaš** a dû repartir de zéro dans le Kvarner, lors d'un exil qu'il pensait provisoire. 30 ans plus tard, son domaine, **Pavloimir Wine House**, est le plus primé de toute la Croatie. Mieux, il a même recréé son vignoble d'origine à la frontière serbe et mène les deux vinifications de front avec le même succès. Savoureux.



## DES VINS AU GOÛT D'AILLEURS

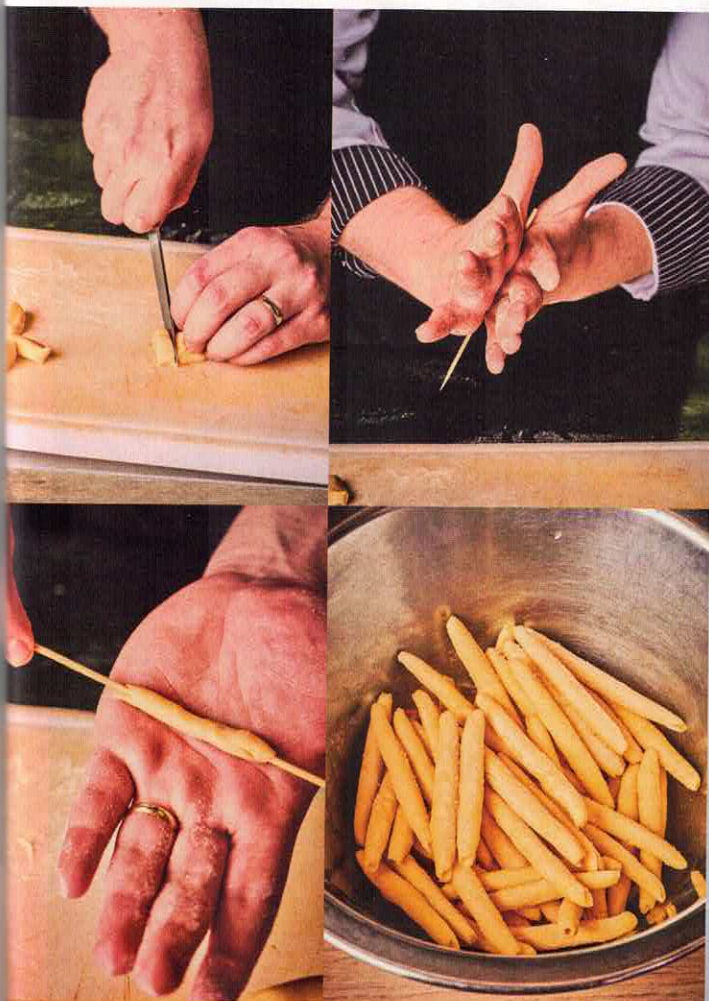
Une pionnière, un survivant, un Indiana Jones, un défricheur... Si le monde du vin est peuplé d'originaux sur toute la planète, celui du Kvarner se place encore un cran au-dessus. Il faut dire qu'il revient de loin : jusque dans les années 1990, les vigneronniers yougoslaves avaient l'interdiction de choisir leurs cépages. Le régime communiste exigeait du productif, du costaud, du vin capable de nourrir plutôt que de désaltérer. Tout le Kvarner s'était donc plié à la règle. Tout? Non! Car d'irréductibles vigneronniers ont toujours résisté à la dictature. Grâce à eux, quelques plants autochtones ont subsisté de-ci de-là, planqués derrière les rangs des cépages autorisés. C'est ceux-là que traque **Ivica Dobrinčić**. Œnologue et vigneron, le propriétaire du domaine **Šipun** n'est pas peu fier d'être parfois surnommé l'Indiana Jones du vin par la presse croate. Grâce à lui, qui a passé en revue chaque pied de vigne du Kvarner pour repérer les plus qualitatifs, des cuvées incroyables ont surgi du passé. On lui doit notamment la renaissance du cépage sansigot. « *Il n'en restait qu'une cinquantaine de pieds au fin fond de deux vignobles. Aujourd'hui, de nombreux producteurs en cultivent, et cinq domaines (dont le sien) ont des cuvées 100 % sansigot.* » À la clé : des vins puissants au goût de framboise, de cerise noire et de girofle, incroyablement complexes.

### LE BONHEUR DES CÉPAGES AUTOCHTONES

**Daniela Kramarič** a assisté à toutes les péripéties de ce renouveau. Propriétaire du restaurant **Plavi Podrum** à Volosko, une institution à l'activité ininterrompue depuis sa création en 1870, elle est surtout une sommelière hors pair dont l'expertise est réclamée dans le monde entier. « *Quand j'ai commencé en 1997, il n'existait que 3 coopératives qui produisaient de la malvoisie dans toute la Croatie. Aujourd'hui, il y a pas moins de 200 producteurs!* » Son très jeune chef, **Duro Tomič**, 23 ans, sait à merveille mettre en valeur les pépites qu'elle déniche. Goûtez ses langoustines à la bisque de crustacés et chips de topinambour avec un blanc du cépage autochtone plavac mali, vous comprendrez pourquoi la gastronomie du Kvarner mérite le détour!

*Pour les œnophiles, le restaurant de la sommelière Daniela Kramarič à Volosko tient du paradis. Laissez-vous guider...*





Sur l'île de Krk, au Gospoja Vinotel, on se régale de surlići, des pâtes au œufs habilement roulées à la main autour d'un bâtonnet.



## Tartare de langoustines et granny smith

Recette inspirée du restaurant Plavi Podrum à Opatija

**POUR 4 PERSONNES PRÉPARATION 50 MIN CUISSON 2 MIN**

**DÉLICAT**

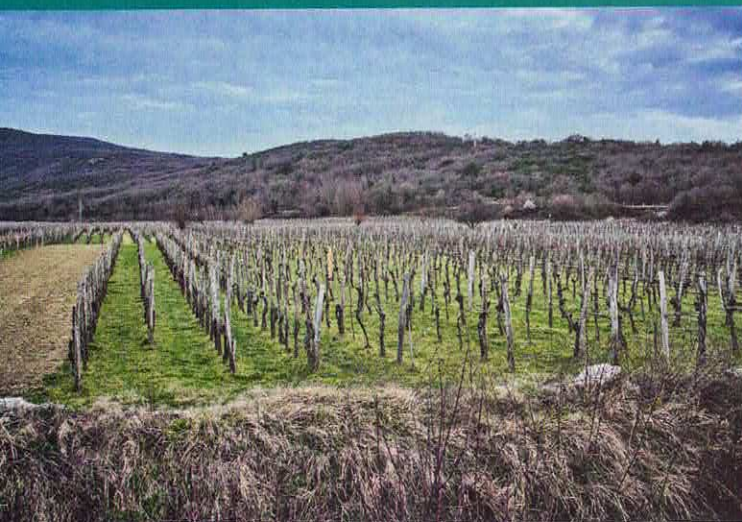
1 kg de langoustines fraîches (ou 160 g de queues décortiquées)  
• 1 citron vert bio • 2 c. à soupe d'huile d'olive de qualité  
• 8 cl d'huile d'olive au basilic • Sel et poivre. **POUR LE GEL DE POMME ET LA VINAIGRETTE** • 1 litre de jus de pomme bio  
• 1 pomme bio • 8 g d'agar-agar • Le jus de 1 citron vert.

- Décortiquez les queues de langoustine, hachez-les au couteau finement. Mélangez-les avec les zestes du citron vert, l'huile d'olive, du sel et du poivre.
- Préparez le gel de pomme : portez 400 g de jus et 5 g d'agar-agar à ébullition, laissez refroidir et figer en gélatine.
- Préparez la vinaigrette : portez 600 g de jus à ébullition avec 3 g d'agar-agar, laissez refroidir et mixez avec le jus de citron vert.
- Épluchez la pomme, découpez-la en brunoise.
- Dressez dans chaque assiette un cercle de langoustines, ajoutez des pointes de gel de pomme et de la brunoise de pomme. Entourez de vinaigrette aux pommes et d'huile au basilic ■



### LES RÉSISTANTS DE LA ŽLAHTINA

Propriétaire de vignes depuis plusieurs siècles sur l'île de Krk, la famille d'**Anton Katunar** fait partie de ces résistants qui ont caché quelques pieds de vignes autochtones sous le régime communiste. Dès 1991, elle s'est attelée à les ressusciter en nombre. Passionnée du cépage žlahtina, elle le décline en vin blanc tranquille, en effervescent, en vin orange... et ses rouges de sansigot ou de plavac mali sont tout aussi exceptionnels.



Mais tous les sommelières du monde vous le diront : un plat très simple peut aussi parfaitement mettre en valeur un vin complexe. C'est sans doute la raison pour laquelle les *surliči*, ces pâtes roulées autour d'un bâtonnet (*voir page précédente*), rencontrent un tel succès au **Gospoja Vinotel**. Sur l'île de Krk, reliée au littoral du Kvarner par un pont, épicerie d'étonnantes vignobles, l'incroyable famille **Toljanić** a construit tout un écosystème gourmand : restaurant, hôtel, bar à vins, pizzeria, charcuterie, crèmerie (à partir de son propre cheptel)... Et bien sûr un imposant vignoble. Il fait partie du collectif Kvarner Wines, qui œuvre pour la promotion des vins locaux. Impossible de ne pas se laisser tenter par une flûte de Pjenušac, le vin pétillant du cru à base de žlahtina. À la santé du Kvarner ! ■

### 2026 : DEMANDEZ LE PROGRAMME !

Festivals, ateliers-découvertes, dégustations, parcours gourmands autour du miel AOP, des langoustines, du fromage de brebis, des cerises, des châtaignes, des asperges, des poissons bleus, de l'agneau ou encore des vins : le Kvarner entend bien justifier son titre de Région européenne de la gastronomie l'an prochain. Tous les détails sur [europeanregionofgastronomy.org/platform/kvarner-2026](https://europeanregionofgastronomy.org/platform/kvarner-2026) et sur [kvarner.hr/fr](https://kvarner.hr/fr).

TOUTES NOS ADRESSES PAGE 126