



## Naviguer gourmand

 **Télécharger**

 **Lire En Ligne**

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

# Naviguer gourmand

*Michel Cambon, Daniel Junqua*

**Naviguer gourmand** Michel Cambon, Daniel Junqua

 [Télécharger Naviguer gourmand ...pdf](#)

 [Lire en ligne Naviguer gourmand ...pdf](#)

192 pages

Extrait

L'avitaillement

L'avitaillement (victualling en anglais), c'est le terme utilisé dans la marine pour désigner l'approvisionnement d'un navire. Il s'agit de l'ensemble des provisions qu'il convient d'embarquer pour nourrir l'équipage. La liste des achats sera établie en fonction :

- du nombre des équipiers, mais aussi de leur âge - prévoir des quantités beaucoup plus importantes pour des ados que pour des seniors ;
- de la durée de la croisière ;
- de l'itinéraire prévu et de la nature des escales. Les mouillages forains dans des criques désertes sont sympathiques, mais il faut alors compter sur les seules ressources du bord. En revanche, les étapes dans des ports ou des marinas offrent l'occasion de se ravitailler en produits frais : fruits, légumes, viande, pain et glace ;
- de l'équipement du bord. Inutile d'acheter un gigot si vous ne disposez pas d'un four, sauf à le faire cuire à l'anglaise, bouilli, à la Cocotte-Minute ! Et il faut tenir compte pour les produits particulièrement sensibles, la viande surtout, des possibilités de conservation au froid : simple glacière, frigo ou même, sur certains bateaux, congélateur ;
- du type de cuisine choisie en tenant compte des goûts de l'équipage. L'exercice est donc délicat.

Particulièrement si la croisière est longue et le nombre d'escales réduit, voire nul comme la traversée de l'Atlantique ou encore une virée dans la mer de Cortés, au Mexique, ou sur les côtes de Madagascar, à partir de Nosy Be. L'opération est parfaitement réussie quand les produits non utilisés à la fin de la croisière tiennent dans un carton et que les équipiers se plaignent d'avoir pris un peu de poids !

#### Deux procédures

Deux procédures sont possibles : faire les courses soi-même ou faire appel au loueur du bateau qui propose souvent ce type de service. L'avantage de la seconde formule est de trouver tout à bord à l'arrivée, ce qui permet de gagner du temps. L'inconvénient, surtout lorsque les commandes sont passées à l'étranger, c'est que la nature, la qualité et le prix des produits ne sont pas toujours conformes aux attentes. Un mixage des deux formules est possible : passer commande des produits de base (épicerie), des liquides (eau, jus de fruits, vin, bière), des produits de ménage, et se réserver les achats de produits frais, plus délicats.

Compte tenu de l'importance de ravitaillement, le chef de bord ne peut s'en désintéresser et laisser les équipiers s'en occuper seuls. S'il se trouve dans l'équipage un «coq» expérimenté avec qui il a déjà navigué, ou si l'un des équipiers se propose pour ce poste, il pourra se reposer sur lui. Sinon il devra s'impliquer davantage. Dans tous les cas, il veillera à ce que les choses se passent bien.

#### Les listes

Tout chef de bord, moniteur ou «coq» digne de ce nom a des listes types de ce qu'il convient d'acheter (pp. 220-226). C'est un aide-mémoire indispensable, mais il faut adapter ces listes aux desiderata des équipiers. Une consultation est donc nécessaire, soit par écrit au moment de la préparation de la croisière, soit dans le cadre d'une réunion générale à bord, avant de lancer le processus des courses. Les interrogations porteront sur le petit déjeuner (thé ou café ? confitures ? miel ? beurre ou margarine ? jus de fruits - orange, pamplemousse, autre ? - pain ? biscottes ? fruits ? yaourts ? sucre ou substitut ?), sur les allergies éventuelles, les prescriptions médicales (régimes), les préférences ou les répugnances (personnellement je ne supporte pas les poireaux !). Cela permettra de déterminer les achats à réaliser, mais servira aussi, lors de la

préparation des repas, à adapter une portion au goût ou au besoin d'un équipier ou d'une équipière en supprimant, dans une salade par exemple, un ingrédient qui ne lui convient pas. Les exigences de la vie du bord ne permettent cependant pas d'aller trop loin en ce sens. Équipiers et équipières devront, sauf contraintes médicales, faire des efforts pour s'adapter au menu commun.

(...) Présentation de l'éditeur

Un livre de marin, avec 130 recettes pour conjuguer plaisir de manger et plaisir de naviguer.

Les plaisanciers le savent, bien manger sur un bateau est essentiel. Ceci est particulièrement vrai lors des longues traversées en haute mer où les repas viennent rompre la monotonie des quarts. La cuisine doit être à la fois roborative, agréable et variée. Il est certes difficile de réaliser des exploits gastronomiques avec les moyens du bord ; il ne faut pas pour autant se résigner à la consommation répétée de raviolis en boîte ou de pommes de terre, denrée au demeurant précieuse mais à consommer sans excès.

Ce guide pratique réunit quelque 130 recettes faciles et savoureuses, testées au cours d'une soixantaine de croisières dans différentes régions du monde. Elles sont classées en fonction des zones de navigation (Manche et mer du Nord, mer Égée et Méditerranée, mer des Caraïbes et océan Indien), car elles emploient autant que faire se peut saveurs et produits locaux. L'auteur nous donne aussi un grand nombre de conseils pratiques et d'astuces concernant l'avitaillement, le rangement et la bonne conservation des produits embarqués ou encore l'utilisation de l'eau de mer. L'ensemble est enrichi de témoignages, d'encadrés sur les spécificités de la cuisine à bord, ainsi que d'un lexique multilingue. Biographie de l'auteur

Daniel Junqua, ancien journaliste au Monde, est mordu de plaisance et féru de cuisine. Il est l'auteur de plusieurs livres dont *Le Maquereau dans tous ses états*. Il s'est formé à la voile au centre nautique des Glénans ; très vite, son goût pour la cuisine l'a conduit au fourneau pour (bien) nourrir l'équipage. Au fil de ses croisières dans les mers du monde, il a enrichi son carnet de recettes en utilisant au mieux les ressources locales. Naviguer gourmand est le fruit de cette expérience. Michel Cambon est dessinateur pour la presse et l'édition, auteur de plusieurs albums de dessins d'humour, dont *La Vache !*, *Le Prix du bonheur* et *La Vache!* La suite parus aux éditions Glénat. Il a déjà illustré deux livres de Daniel Junqua.

Download and Read Online Naviguer gourmand Michel Cambon, Daniel Junqua #S3E58NAMGRU

Lire Naviguer gourmand par Michel Cambon, Daniel Junqua pour ebook en ligne Naviguer gourmand par Michel Cambon, Daniel Junqua Téléchargement gratuit de PDF, livres audio, livres à lire, bons livres à lire, livres bon marché, bons livres, livres en ligne, livres en ligne, revues de livres epub, lecture de livres en ligne, livres à lire en ligne, bibliothèque en ligne, bons livres à lire, PDF Les meilleurs livres à lire, les meilleurs livres pour lire les livres Naviguer gourmand par Michel Cambon, Daniel Junqua à lire en ligne. Online Naviguer gourmand par Michel Cambon, Daniel Junqua ebook Téléchargement PDF Naviguer gourmand par Michel Cambon, Daniel Junqua Doc Naviguer gourmand par Michel Cambon, Daniel Junqua Mobipocket Naviguer gourmand par Michel Cambon, Daniel Junqua EPub

**S3E58NAMGRUS3E58NAMGRUS3E58NAMGRU**