

Nous sommes deux ? Sommes-nous là avec nous-mêmes et avec l'autre pour s'endormir et se réveiller ? Le temps entre nous deux s'accompagne de chiens, de moutons, de canaris. Le ruisseau chante en continu créant un bon ver d'oreille.

Il y a quelque temps, ce n'était pas pareil. Le bruit des moteurs bousculait le silence. Ça nous faisait peur, peur d'entendre, peur de voir, peur d'arrêter et de voir notre vraie nature. Les cris sont à l'intérieur maintenant, le geste communicatif mieux entre nous. Nous voilà en difficulté avec nous-mêmes, à l'intérieur. Je ne sais plus qui est dedans et qui est dehors. Dehors, c'est quoi ? J'espère que nous allons y retourner avec un peu plus d'intérieur pour soulager le temps. Nous sommes deux confinés que je confirme. Maintenant, je parle, tu marches, il sent, nous parlons, vous marchez et ils sentent l'odeur de la vie presque à la perfection !

- Texte et dessin, Michèle Côté



Le ménage de printemps

DIANE BRAULT

Les arbres bourgeonnent, la neige fond lentement, la nature se réveille, les oiseaux nous enchantent, les écureuils courent sur les branches, le printemps nous apportera de la lumière et de l'espoir. C'est le moment où normalement on sent le besoin de faire le vide pour faire de la place au renouveau.



Photo: / Diane Brault

Le ménage de printemps est une pratique qui puise ses racines dans notre monde agricole. Autrefois, il était nécessaire de vider caves et greniers pour faire de la place aux nouvelles récoltes, celles de l'été et de l'automne.

Le bienfondé du ménage de printemps

Vider ses placards. Trier, classer, se débarrasser de la poussière, désencombrer ses tiroirs, remettre en ordre son garage, son cabanon, son habitation et les rendre propres, c'est du réconfort. Astiquer, procéder au grand nettoyage qui va permettre de se sentir bien chez soi et qui va procurer un sentiment de satisfaction pendant et après le travail accompli, c'est libérateur.

Empêchons des biens matériels de devenir des déchets.

Dans ce contexte particulier de confinement induit par la pandémie de COVID-19, la gestion des matières résiduelles à Prévost et leur ramassage (collecte régulière) est maintenue, car ce sont des services publics de salubrité essentiels. Cependant, à la grandeur de notre région, les Centres d'entraide qui ramassent vêtements et objets en bon état et les Écocentres sont fermés. Les élans printaniers de générosité ainsi que les idées légi-

times de se libérer de ce qui encombre doivent faire une pause.

Comme citoyen, empêchons que trop de biens matériels ne demandant qu'un peu de réparation ou de rafraîchissement finissent aux ordures, aux sites d'enfouissement. Cela implique rarement des conséquences globales réjouissantes et sereines sur le plan environnemental. On peut faire son ménage de printemps et se créer un espace temporaire où seront remis vêtements, jouets, objets et produits en bon état, retailles de travaux, pots de peinture, morceaux de bois, piles usagées, etc., qui pourront être acheminés ultérieurement aux endroits appropriés dans un essentiel et appréciable élan de civisme.

Ce printemps que l'on vit d'une façon si inhabituelle est peut-être le moment idéal pour mettre de l'ordre dans ses priorités de vie. Pourquoi ne pas utiliser l'élan et la puissance régénératrice de cette nouvelle saison pour revisiter ses habitudes de vie, diminuer sa production personnelle de déchets toxiques, corrosifs, inflammables, non recyclables, moins gaspiller, réfléchir à une meilleure gestion de sa consommation et de ses dépenses, rééquilibrer son budget, revisiter ses propres valeurs et même, oser les changer.



Photo: / Diane Brault

Les échos du **CONSEIL MUNICIPAL de Prévost** !
Yvon Blondin
Vous trouverez Les échos du conseil municipal du mois d'avril sur le site Internet du Journal.



Johann Plourde – Afin de faciliter l'achat des produits en cette période de confinement, j'ai adapté dans un esprit de solidarité mes recherches et découvertes avec les consignes de ces moments qui chamboulent nos habitudes. Pour le mois d'avril, un choix joyeux: Microbrasserie McAuslan, Saint-Ambroise le Milk Stout (473 ml à 5,5% d'alcool pour 3,49 \$)

Milk Stout pour toute occasion

Pour débiter, un peu d'histoire... Le Milk Stout peut aussi être appelé Stout crémeux, car il fait partie de la catégorie des bières de style Porter qui jadis détenait une forte popularité dans les années 1700 alors qu'il était brassé en immense quantité en Grande-Bretagne ainsi qu'en Irlande. Ces bières sont reconnues encore à ce jour pour leur couleur sombre et leur amertume bien prononcée.

Voilà que depuis quelques années, bon nombre de brasseurs ont trouvé plusieurs façons de le réinventer afin de jouer sur les parfums de torréfaction particulièrement présents pour ces types de bières. Plusieurs procédés et produits peuvent être utilisés afin de nous offrir leurs petites touches personnelles qui stimuleront nos papilles avec grand plaisir (dans le contexte actuel, cette bière est disponible dans toutes nos épiceries, à bon prix et en bonne étendue sur les tablettes). Pour transformer ce stout en **Milk Stout**, il suffit d'y ajouter du lactose, un sucre dérivé du lait *non fermentescible*. Cela ajoute à la bière une belle douceur et du corps tout en ajoutant quelques calories de plus au produit fini.

Sucre non fermentescible ?

Outre le lactose, le sorbitol peut être aussi utilisé pour le remplacer, il est aussi reconnu pour être moins allergène et plus digeste. Il y a aussi la dextrine, qui est un mélange de gluco-oligosides qui se forment, entre autres, dans la croûte du pain lors de la cuisson.

Ceci étant dit, peu importe le type de sucre utilisé, son rôle consiste à améliorer l'onctuosité et atténuer l'amertume de la bière.

D'une couleur noire profonde et décorées de sa mousse aux couleurs de crème brûlée aux reflets foncés, ses arômes de café bien torréfié vont de pair avec un léger goût de caramel. Armée de grosses bulles, l'ensemble des saveurs se mélange plutôt bien en bouche. Bien crémeuse, sa finale décèle une amertume équilibrée sans être trop sucrée.

Un verre pour une bière que l'on boit la première fois ?

L'utilisation du verre à vin ou le gros ballon de brandy seront de mise, car leur base évasée est nécessaire pour laisser la gazéification s'étendre et ainsi éviter que la mousse habite tout l'espace. Deux doigts de mousse fera de vous l'expert en service ! Sa température idéale varie entre 10 à 13 degrés.

Vous serez surpris de la facilité avec laquelle cette bière peut accompagner des fromages de lait de vache, par exemple le gruyère ou le Tilsit, servi avec pain grillé, mais également avec les viandes rôties sur le barbecue ou encore un poisson au beurre noir, si vous voulez impressionner. Pour ma part, ce fut avec des pâtes et du poulet sauté à l'huile d'olive, un mixte de fromage de chèvre



et cheddar vieilli trois ans et quelques tourniquets de quatre différents poivres, heureux mélange que l'on retrouve au Moulin aux épices. Sinon, le Stout peut être un merveilleux complice avec des desserts comme les biscuits aux arachides ou au chocolat maison, ou encore un gâteau mousse chocolat framboise.

Une suggestion personnelle: si vous êtes comme moi et aimez les sucreries glacées, mais attendez bien confortablement à la maison que le moment opportun se présente pour cette prochaine sortie, osez la transformer sous forme de slush ou en café glacé! Avec glaçon concassé, bière, crème fouettée et petite déco de chocolat noir râpé! Pourquoi ne pas se gâter!

Pour conclure cette chronique, si vous décidez de vous procurer plusieurs canettes, placez-les dans la porte de votre frigo, la température étant plus ambiante, vous n'aurez qu'à attendre environ dix minutes pour mieux la savourer. Bonne dégustation, soyez créatif et dans tous les sens du mot... Santé à tous!

