

LORRAINE MAGAZINE

#18

du 18 Décembre 2013

au 07 Janvier 2014

GRATUIT

- À Faire

Randonnées
dans les Vosges

- À Découvrir

Vincent Munier,
photographe
de la vie sauvage

- À Voir

Les Natures de l'Art
nouveau se dévoilent
à Nancy

- Gastronomie

En mangeant
par la Lorraine...

Faites le plein de sensations

Les Vosges voient blanc et grand

DÈS LES PREMIERS FLOCONS,
OPTEZ POUR UNE ÉTOILE.

GAMME BAROUDEURS FIAT.



Fiat Panda 4x4

Transmission intégrale
Blocage de différentiel électronique ELD
Garde au sol surélevée
Jantes alliage 15" 4x4 foncées et pneumatiques M+S Hiver



Fiat 500L Trekking

Système de motricité renforcée Traction+
avec différentiel autobloquant électronique
Jantes alliage 17" et pneumatiques M+S Hiver
Boucliers avant et arrière spécifiques



Fiat Qubo Trekking



Fiat Sedici 4x4



Fiat Freemont 4x4

Fiat avec



CONSOMMATIONS MIXTES (L/100KM) ET ÉMISSIONS DE CO₂ (G/KM): 4,9 ET 114 (PANDA 4X4 ROCK 0.9 85CH TWINAIR S/S); 6,4 ET 149 (500L TREKKING 1.4 95CH); 7,3 ET 194 (FREEMONT LOUNGE 2.0 MULTIJET 170CH 4X4); 4,1 ET 107 (QUBO TREKKING 1.3 MULTIJET 95CH S/S); 5,3 ET 139 (SEDICI 4X4 EMOTION 2.0 MULTIJET 135CH). www.fiat.fr



FABRICANT
D'OPTIMISME

Meny
La passion de l'automobile

MENY LAXOU - 7/9 avenue de la Résistance - 03 83 98 00 55
MENY PULNOY - 40 avenue Charles de Gaulle - 03 83 39 06 40

Prochaine parution le
08 Janvier

Lisez également votre magazine et tous les anciens numéros **GRATUITEMENT** sur notre site www.lorrainemag.com

Rejoignez-nous sur Facebook
[facebook.com/LorraineMagazine](https://www.facebook.com/LorraineMagazine)

Lorraine Magazine est une publication de SCPP
N°ISSN 2265-9919

Directeur de la publication

Philippe Poirot
06 49 35 04 30
philippe@lorrainemag.com

Directrice de la publicité

Sylvie Courtin
06 14 12 54 38
sylvie@lorrainemag.com

Rédaction

03 83 35 89 97

Service commercial et publicité

03 83 35 89 95

Réalisation / PAO

Julien Claude • www.claudeine.com

Journalistes

Simon Anheim • Alice Cimiez

Crédits photos

©Thinkstock(couverture), DR, Lorraine Magazine

Distribution

Distri-mag 06 77 06 97 06

Pour nous écrire

Lorraine Magazine - SCPP
8 rue Grandville 54000 NANCY
www.lorrainemag.com/contact
SARL au capital de 12000€
Dépôt légal n°1741

Imprimé par BLG Toul sur papier PEFC
La reproduction intégrale ou partielle de ce magazine est interdite sauf accord écrit de Lorraine Magazine.

ÉDITO

Si ce numéro était un conte de Noël, il évoquerait une histoire saupoudrée de blanc comme les sommets des Vosges. Une histoire à dormir dans un igloo, à glisser derrière un cheval au galop, à survoler les cimes, suspendu à un câble. En route pour la montagne donc, ses activités étonnantes et son accueil toujours à la hauteur.

Si ce numéro était un cadeau ce serait ces deux livres, signés par deux Munier, deux vosgiens d'ailleurs. Le premier se prénomme Bertrand et vous raconte la cuisine lorraine à travers ses chefs. Le second, Vincent, est photographe des grands espaces, et publie un recueil en deux tomes de ses plus belles expéditions.

Si ce numéro était une balade, il tracerait son chemin à travers les allées du Jardin Botanique du Montet, il continuerait dans les couloirs du palais du Gouvernement à Nancy pour deux expositions sur l'Art Nouveau, il se réchaufferait enfin autour d'une table, nous sommes en Lorraine, avec les conseils des commerçants du marché central de Nancy pour réussir ses repas de fêtes, même à la dernière minute.

Et si ce numéro était tout cela à la fois ?

On vous le souhaite, en même temps que de très belles fêtes de fin d'année.

À LA UNE

Faites le plein de sensations 4

Les Vosges voient blanc et grand 6

À FAIRE

Des activités originales 8

À DÉCOUVRIR

Vincent Munier, photographe de la vie sauvage 10

Relooking dans la serre 12

BEAUTÉ

Zeïn, voyage au pays des sens 14

À VOIR

Les Natures de l'Art nouveau se dévoilent à Nancy 16

+ SANTÉ

Energy Max : la forme revisitée 18

GASTRONOMIE

En mangeant par la Lorraine... 20

Bienvenue chez l'alchimiste pâtissier ADAM Le St Evpre 23

À table avec les commerçants du marché central 24

HABITAT

Décorer sa maison pour les fêtes 30

Les designers nous sortent le grand jeu 32

Un Noël tout de vert vêtu 34

ET TOUJOURS ...

Agenda, Cinéma, Jeu-concours, Question/Réponse, Recette et Horoscope à la fin du magazine.



Depuis 18 mois, Claude recouvre le bleu céleste de la pluie

retrouver le lien avec la nature

L'audition, c'est

entendre

www.entendre.com

N'attendez pas pour découvrir nos solutions auditives !



NANCY • 1, Place Carnot • 03 83 30 27 23

ESSEY LES NANCY • 71, Av. Foch • 03 69 61 56 35

NEUVES MAISONS • 1, Rue Jean Jaurès • 03 83 26 60 01

LUNEVILLE • 19, Rue Banaudon • 03 83 74 55 82

FAITES LE PLEIN DE SENSATIONS



Ski alpin, nordique, luge, raquettes, balades en traîneau... Si vous n'en avez pas assez et que vous êtes la recherche de sensations fortes, vous trouverez votre bonheur dans les Vosges. Zoom sur trois activités qui décoiffent.

Plus d'infos sur www.bol-d-air.fr et sur www.danslevent.fr
Pour débiter le snowkite il est préférable d'être capable de descendre une piste rouge.



A ski et... à cheval

Originaire de Scandinavie et popularisé au début du XXe siècle par les Anglais en villégiature à Saint-Moritz, le ski-joëring s'est relancé il y a une vingtaine d'années dans les Alpes. Cette discipline équestre ludique et accessible, qui combine cheval et glisse, a le vent en poupe. A tester cet hiver, même si vous n'êtes pas cavalier !

Tutoyer les nuages en snowkite

De grands espaces dégagés, des vents dominants, les crêtes des Vosges sont le spot idéal pour le snowkite. Ce cousin du kitesurf (littéralement « planche volante ») pratiqué sur les vagues mélange lui, le cerf-volant, le ski ou le snowboard et se pratique exclusivement en montagne. Dans les Vosges, les pionniers de la discipline sont installés à la Bresse, à Bol d'air. Tous les spots de kite se situent aux alentours des stations de ski de Gérardmer et La Bresse. Principalement sur le site conventionné du Kastelberg où la vue sur le Hohneck, les vallées d'Alsace et des Vosges est imprenable. Sur la neige, l'avantage du snowkite est qu'il ne nécessite pas beaucoup de vent, dès 10km/h vous pourrez commencer à vous déplacer et ressentir les premiers plaisirs de la glisse tractée. Finies les longues attentes aux remontées mécaniques et le monde sur les pistes. En snowkite, le vent étant votre moteur, vous pourrez monter et descendre les pentes à votre guise et en toute liberté. Le snowkite permet de découvrir la montagne autrement, mais pas n'importe comment. Avant de tutoyer les nuages, il faut passer par la case initiation, apprivoiser la voile et le vent et être capable de descendre une piste rouge. Quelques heures d'apprentissage sont nécessaires avant le grand saut, mais une fois la technique de pilotage intégrée, les sensations sont garanties. Le snowkite, c'est la porte ouverte vers les grands espaces vierges et enneigés, on peut même remonter les pentes contre le vent, aller 4 à 5 fois plus vite que les téléskis, pousser des pointes à plus de 50 km/h. Vitesse et découverte des paysages vosgiens (Presque) vus du ciel, font de ce sport extrême LA sensation du moment. A pratiquer impérativement encadré par des professionnels.



Comme le chien de traîneau, le ski-joëring, autre glisse tractée par un animal, vient du froid ! De Scandinavie précisément, où la neige recouvre les sols pendant de longs mois.

Pour se déplacer, les habitants chaussaient alors les skis et se faisaient tracter par des rennes, avant de les remplacer par des chevaux, plus puissants et plus rapides. En France, la technique a d'abord été utilisée pour mener les skieurs en haut des pistes avant l'invention des remontées mécaniques. Dans les Vosges, plusieurs stations proposent de découvrir de nouvelles sensations de glisse, alliant le contact avec l'animal, la vitesse et une autre façon de découvrir la nature. Au Val d'Ajol, le ski joëring se pratique dans une ancienne ferme vosgienne du XVIIe siècle, située à 600m d'altitude. Après une initiation dans la carrière du centre équestre, chevaux et skieurs s'élancent sur les pistes. Pas besoin d'être un skieur chevronné, il suffit de savoir prendre un téléski ou un fil-neige et de se débrouiller sur une piste bleue. L'activité est accessible aux enfants à partir de 8 ans, en sorties individuelles ou en groupe. Et





pour ceux qui ne font pas de ski, le cheval peut tracter une luge. Sensations garanties ! La ferme équestre des Granges de Franould, à Dommartin-lès-Remiremont propose également de découvrir la montagne vosgienne avec un cheval ou un poney. Un peu plus loin, en Alsace, la station du Lac Blanc invite les skieurs à tenter l'aventure et à « avoir de la neige plein les sabots ».

Plus d'infos

Domaine le Clos Léry au Val d'Ajol <http://lecloslery.free.fr>

Les Granges de Franould à Dommartin-les-Remiremont : www.fermefranould.fr

Station du Lac Blanc : www.lac-blanc.com

Comme un oiseau sur la Bresse

En rase-motte au dessus des sapins enneigés, prenez-vous pour un oiseau le temps d'une descente sur la tyrolienne géante de la Bresse. Le fantastible est une tyrolienne à grande vitesse. Avec ses 1315m de longueur que vous parcourez à la vitesse moyenne de 100km/h, les sensations fortes sont garanties! L'aventure commence dès l'équipement et la montée en 4x4 jusqu'à la zone de départ pour s'achever dans la gare d'arrivée dans une tour de 15 mètres de hauteur. Vue imprenable sur la vallée, à 50 mètres au dessus du sol en frôlant par endroits la cime des arbres...

Pour prendre le temps d'une descente en douceur et profiter de la magie du paysage, le fantastible existe également en version «light». L'impression de vol libre est exceptionnelle.

Activité unique dans tout l'Est de la France. L'aventure pour tout un chacun de 8 à 88 ans, de 25 à 120 kg à vivre à La Bresse. ■

Alice Cimiez

Plus d'infos sur www.bol-d-air.fr

LE SPÉCIALISTE DE LA FOURRURE, DE LA PEAU LAINÉE ET DU CUIR

CUIRS & FOURRURES
PIERRE TOLLET
CREATIONS

1 Rue de Phalsbourg - NANCY
Tél. 03 83 28 46 43

Ouvert le lundi de 14h à 19h et du mardi au samedi de 9h30 à 12h et de 14h à 19h

DÉCOUVREZ
LA NOUVELLE
COLLECTION
AUTOMNE-HIVER
2013-2014

WWW.FOURRURES-TOLLET.COM

ENTRETIEN
ET RÉPARATION
CUIRS & PEAUX

PHILIPPE
VALLEREUIL

CHRIST
Genuine Leather Fashion since 1884

STRAN
IDEA

Karen Ritzi

MANETTI
ITALIA

PARIS

Pill Kanner



MAGASIN OUVERT DIMANCHE 22 DÉCEMBRE DE 14H À 18H



LES VOSGES VOIENT BLANC ET GRAND



©Thomas Hytte, Stephane Cervos, CER7355

Alors que les premières neiges ont déjà blanchi leurs sommets, les stations des Vosges s'éveillent. Certaines bouillonnent déjà d'activité et attendent de pied ferme les amateurs de glisse, de nature et de grand air pour les vacances de Noël. Comme chaque année, en marge du ski, de nombreuses nouveautés sont proposées par les professionnels afin de renouveler un offre déjà riche et surprendre encore plus le vacancier.

Il y aura, cette année encore, ceux qui feront plusieurs heures de voitures, qui jureront dans les embouteillages dans les vallées au pied de Alpes. Et puis il y aura ceux qui choisiront de venir en voisin. Quelques dizaines de kilomètres, une centaine au plus, et tout le massif des Vosges s'offre à tous les habitants du grand Est.

Montagne différente

Depuis une dizaine d'année, les stations Vosgiennes ont su réparer une image parfois écornée par la caricature. On les disait distancées par les grandes sœurs de Alpes, elles ont largement comblé le fossé. Loin de vouloir imiter, les stations des Vosges, de Gérardmer à la Bresse en passant Ventron ou le Lac Blanc, se sont mis à proposer une approche différente de la montagne en hiver. Aux usines à ski de certains massifs alpins, on opposera la montagne-loisirs et familiale. Plus petit donc plus beau. Plus authentique, plus calme. A la série des plus s'ajoute celles des moins : moins cher de s'y loger, moins cher d'y skier. Autant d'arguments qui ont su séduire un public familial qui vient parfois de loin, d'Allemagne ou de Belgique. Mais qui attirent surtout une clientèle régionale, friande des courts séjours. Covoiturage, réservation en ligne des forfaits, locations de tenues complètes : les stations ont su répondre aux nouvelles exigences des clients.



©LHEGO - Office de Tourisme Gérardmer-Xonrupt





©Monica Dalmasso

Rester dans la course

Loin de s'endormir au pied de leurs belles cimes, les stations Vosgiennes n'ont pas manqué d'investir dans leurs infrastructures. Avec une rénovation complète de son front de neige, La Bresse est à la hauteur de son ambition : celle de la première station du Massif. Cette année encore, elle équipe pour le ski de nuit trois nouvelles pistes qui s'ajoute aux huit déjà éclairées. Pistes élargies, canons à neige multipliés, nouveau télésiège, la station

n'arrête plus son développement. Cette année, La Bresse propose le premier parc d'attractions hivernales : Wiidoo Gliss. Dans ce véritable royaume enneigé, les plus petits trouveront des modules en mousses, igloo, tipi, luges. Un tapis roulant permet de remonter la pente pour profiter d'une descente en Snow-tubing, ou en luge classique.

De son côté Gerardmer, qui revendique la piste la plus longue du massif vosgien (4km),

met en avant l'aménagement de son stade de slalom équipé d'enneigeurs, avec la volonté à terme d'organiser des courses de niveau international et, pourquoi pas, une épreuve de coupe du monde. Côté équipement pour répondre à l'affluence observée l'an dernier et éviter la saturation, la station s'attaque au projet du financement d'un nouveau télésiège débrayable pour les prochaines saisons. ■ Alice Cimiez



©LHEGO - Office de Tourisme Gérardmer-Xonrupt



MaisonCadici

pâtissier/traiteur

*Dégustez notre galette des rois au goût unique !
Recette «centenaire» ... feuilletage léger aux amandes torréfiées... un régal !
Réservations fortement conseillées.*



APÉRITIFS DINATOIRES – COCKTAILS

82 GRAND RUE - 54000 NANCY
TÉL. 03 83 32 01 74

DES ACTIVITÉS ORIGINALES À EXPÉRIMENTER CET HIVER DANS LES VOSGES

L'hiver les montagnes vosgiennes sont connues pour leurs domaines de ski alpin et de fond. Beaucoup moins pour les randonnées naturalistes en raquettes à neige, ou les constructions et nuits dans des igloos. Découvertes.



©Simon Anheim

Que diriez-vous de partir profiter de la magie du manteau blanc de l'hiver recouvrant le massif des Vosges d'une façon insolite ? Si l'aventure vous tente, l'une des possibilités est la randonnée en raquettes. Accessible à tous, elle offre le moyen de découvrir la montagne lorsqu'elle redevient sauvage. Malgré les conditions difficiles, la vie continue et les animaux laissent quantité d'indices de présence derrière eux. Des traces que Bruno Muzzatti vous permet de déchiffrer. Accompagnateur en montagne breveté d'État d'Alpinisme et guide naturaliste, il sait transmettre sa passion pour les Vosges. C'est pourquoi il organise des randonnées naturalistes en raquettes à neige adaptées au niveau et au rythme du parcours selon les capacités et envies du groupe. Un moyen de déplacement très ancien qui permet d'aller partout et ainsi de (re) découvrir le massif vosgien en dehors des sentiers battus.

Les Vosges hivernales, autrement

Partir avec un accompagnateur en montagne passionné, c'est être sûr de cheminer en toute sécurité et de comprendre ce milieu, son patrimoine naturel, historique et humain. Que ce soit au col de la Schlucht, Trois Fours, Hohneck, Le Valtin, Champ du Feu, Lac Blanc, Markstein, Donon ou à Gérardmer - ses endroits de prédilection - les groupes qu'il guide parcourent le grand blanc raquettes aux pieds, et croisent les traces d'un renard, d'un lièvre, d'un cerf et parfois même d'un lynx. Chacune d'entre elles est l'occasion d'expliquer quel animal en est à l'origine et pourquoi elle a pris cette forme dans la neige. Et il en connaît un rayon dans ce domaine. Très impliqué dans la protection de la nature, il pose des nichoirs pour les chouettes chevêches, est correspondant du réseau Lynx pour le massif des Vosges, et membre du Conservatoire des Sites Lorrains. Ces sorties sont aussi un bon moment de convivialité et de partage à la table d'une ferme auberge authentique, au coin du feu.

Passer la nuit dans un igloo

La magie du manteau blanc de l'hiver... Prolongez cette expérience en passant une nuit en Igloo. Direction l'un des plus beaux sommets des



©DR

Vosges, le Champ du Feu. Avec l'aide d'un moniteur, vous apprenez la construction de votre igloo, et les astuces qui permettent de le rendre plus confortable. Vous partagez ensuite un dîner montagnard dans une auberge, avant qu'un guide accompagnateur en moyenne montagne diplômé d'État vous invite à partir à la découverte des chaumes et bois enneigés du massif vosgien à la lueur des flambeaux et chaussé de raquettes à neige. Une balade au sein d'un magnifique espace naturel qui vous permet d'apprécier la nature immobile et silencieuse et de percevoir la vie nocturne de la faune. Le lendemain matin, un petit-déjeuner servi dans l'auberge vous attend pour terminer cette expérience insolite. ■ Simon Anheim

◆ Renseignements • Randonnées en raquettes : Bruno Muzzatti • 06 62 75 30 30 • b.muzzatti@free.fr • Le Champ du Feu - Nuit dans un igloo : Trace Verte • 03 88 38 30 69 • info@traceverte.com



©DR



Les Vitrines

Vos achats à Nancy.

Faites plaisir sans vous tromper !

Offrez le chèque cadeau Vitrines de Nancy*

Liste des enseignes participantes au 03 83 32 10 55
ou à l'Office du Commerce Place Maginot

Chèque Cadeau



* Valable dans 270 enseignes
partenaires du centre-ville.



VINCENT MUNIER, PHOTOGRAPHE DE LA VIE SAUVAGE

©Vincent Munier

Photographe animalier vosgien de renommée internationale, Vincent Munier arpente les grands espaces sauvages. Ses clichés, pris aux confins du monde, saisissent les moments rares de la vie des animaux.

Par -40°C, vêtu comme un cosmonaute, emmitoufflé pour résister au froid cuisant, il tire derrière lui un traîneau de 80 kilos. Sa tente, sa nourriture lyophilisée et son précieux matériel photo. Vincent Munier le reconnaît lui-même : il est un peu fou. Ce qu'il aime, c'est la tempête. Quand le blizzard hurle et blanchit le ciel magnifiant les animaux et l'atmosphère minimaliste du blanc de l'hiver. Quand le vent se lève, il sort, attend que les bois d'un renne émergent de la bourrasque, ou qu'un bœuf musqué se couche, tel un roc face aux rafales.

Né en 1976, il vit dans les Vosges, sa terre d'origine d'où lui vient son amour de la neige. Aussi, « dans les Vosges, on a des vieilles forêts primaires magnifiques. Il y pousse de très vieux arbres, des mousses, des lichens... Elles abritent de nombreuses espèces de végétaux intéressants, mais aussi d'animaux, comme le grand Tétrás. Elles constituent de petits oasis sauvages près de chez moi. Des endroits où la nature n'est pas abîmée par l'homme, des terres encore préservées, telles qu'on en trouve

à une échelle bien plus grande en Europe de l'Est, comme en Slovénie ou Roumanie, où j'ai rencontré mes premiers ours. Il y a aussi des hautes chaumes qui ressemblent à des toundras, des tourbières qui rappellent les taïgas. Je m'y rends régulièrement pour me ressourcer et observer. Ces forêts sont une véritable source d'inspiration ! », témoigne-t-il.

Vivre de sa passion

Photographe professionnel, trois fois lauréat du prestigieux concours BBC Wildlife Photographer of the Year, ses images lui permettent d'exprimer ses rêves, ses émotions et ses rencontres. Aujourd'hui il réalise ses rêves d'enfant : approcher les hordes de bœufs musqués dans le blizzard

de la toundra norvégienne, observer les loups d'Abyssinie, ou l'harfang des neiges, cette chouette aux yeux très jaunes qui vit dans ce désert immaculé... Son métier est sa passion. Celle « d'observer, de vivre des moments forts dans les grands espaces parmi les animaux. Avec la photo naturaliste, on est dans le domaine de l'inattendu, rien n'est écrit à l'avance ». Vincent Munier aime le calme, n'a pas peur de la solitude. Une nécessité pour approcher la faune sauvage. Se camoufler, se faire oublier, s'intégrer au paysage, et patienter de longues heures à l'affût.



©Vincent Munier





©Vincent Munier

Solitudes

Solitudes I et II, c'est justement le titre de ses deux beaux livres qui viennent d'être publiés, chez Kobalann, société d'édition qu'il a fondé. Ombres animales et portraits tout en finesse, silhouettes mouvantes dans la brume et bêtes camouflées donnent vie à ces deux rêveries sur le papier. Ces deux ouvrages bilingues (français-anglais) présentent son travail dans un format original : un tome

vertical, l'autre horizontal. Complémentaires, ils composent un éclatant tableau des vastes solitudes, que subliment des pensées poétiques choisies par le célèbre moine bouddhiste Matthieu Ricard. 124 photographies qui font rêver... ■ Simon Anheim

En savoir plus et contact : www.vincentmunier.com / contact@vincentmunier.com / www.kobalann.com

PRODUITS DU TERROIR

EN DIRECT DES PRODUCTEURS LORRAINS



NOUVEAU
COMMANDE & LIVRAISON

**C'EST LES FÊTES
AUX TEMPLIERS !**

- ★ FOIE GRAS ★
- ★ GIBIER ★
- ★ VOLAILLES DE FÊTES ★
- ★ SAUMON FUMÉ ★
- ★ ET TOUJOURS NOS ★
- ★ SPÉCIALITÉS BOVINES !
- ★ PANIERS GARNIS ★

**EN DÉCEMBRE,
OUVERTURES EXCEPTIONNELLES !**
DE 9H À 12H30 ET 14H À 18H30

- ★ DIMANCHES 22 ET 28
- ★ LUNDIS 23 ET 29

OUVERT DU MARDI AU SAMEDI
DE 9H À 12H30 ET 14H À 18H30
950 ROUTE DE VOISEL – 54200 BRULEY
TÉL MAGASIN : 07.71.06.98.69
TÉL BUREAU : 07.71.02.71.31
WWW.LEDOMAINEDESTEMPLIERS.COM
SALLE DE RÉCEPTION ET SÉMINAIRE
SPÉCIAL GROUPE SUR RÉSERVATION



LE DOMAINE DES
TEMPLIERS
DT



RELOOKING DANS LA SERRE DES CACTUS ET IDÉES CADEAUX AU JARDIN BOTANIQUE DE NANCY

Nouvelle serre tropicale et boutique aux produits éthiques originaux : le jardin botanique du Montet à Villers-lès-Nancy a de quoi attirer la curiosité.

Cure de jouvence pour la serre des cactus ! Aménagé il y a plus de trente ans, le massif de plantes des déserts américains devenait un peu trop désertique... Pour contrer cet essoufflement général des collections, non pas des cow-boys mais l'équipe des serres tropicales s'est récemment lancée dans un gros travail de réaménagement. Au programme : arrachage de plus de 90 plantes, remplacement de la terre avec incorporation de nouveau substrat, et plantations de 140 nouvelles espèces en jouant sur la diversité présente dans les zones arides d'Amérique, du Texas à l'Argentine.

Seules 6 plantes ont été conservées sur l'ensemble du massif, comme les spécimens les plus impressionnants et en bonne santé de ses fameux « cactus cierges ». Opération délicate qui ne fut pas de tout repos, deux d'entre eux ont même été déplacés pour être mieux mis en valeur et leur permettre de croître davantage. A noter aussi la plantation d'espèces inhabituelles, telles que des cactus rampants ou retombants. La hauteur du substrat dans le fond a été également augmentée afin d'offrir plus de volumes et de perspectives, et des roches de différentes tailles agencées pour créer du relief et donner un aspect naturel à l'ensemble. Depuis la fin de l'année, toutes les plantes se sont bien installées et ont commencé leur croissance (très lente pour certaines), rendant à la serre une nouvelle jeunesse... De quoi donner envie

© CJB



de venir se réchauffer pendant l'hiver pour découvrir la nouvelle diversité d'espèces des zones arides d'Amérique, étonnantes, aux multiples formes et couleurs !

Une boutique aux produits originaux et éthiques pour les fêtes

Après cette « ruée vers l'Ouest », direction le pavillon d'accueil où le jardin dispose également d'une boutique originale et durable, proposant des articles pédagogiques, ouvrages de référence en botanique, guides pratiques, souvenirs et produits bios. La qualité y est au rendez-vous avec des produits fabriqués France, voire même made in Lorraine. On y trouve par exemple des cartes postales manufacturées dans les Vosges et imprimées sur papier recyclé avec des encres végétales, des

cosmétiques bios, du miel de la petite Suisse lorraine, des produits issus du commerce équitable (tisanes et thé biologiques, tee-shirts en coton bio ou blocs notes en papier de mûrier), etc. Par ailleurs un large choix d'articles de loisirs créatifs ou éducatifs et ludiques pour les enfants y est disponible : livres d'exercices écolos, livres sur les petites bêtes du jardin ou boîtes loupes pour les entomologistes en herbe... ■ Simon Anheim

Informations pratiques : Ouverture des serres tropicales les après-midi de 14h à 16h45. Tarif d'entrée dans les serres. Conservatoire et Jardins Botaniques de Nancy, 100 rue du Jardin Botanique 54600 Villers-lès-Nancy, • 03 83 41 47 47 • accueilcjb@grand-nancy.org

Les plantes des déserts américains ont pris place dans la nouvelle serre

Mon City Guide 2014 petit futé

2014

OFFERT
ce guide
version numérique

Nancy



WWW.PETITFUTE.COM

LES BONS PLANS ET LES MEILLEURES ADRESSES
POUR SORTIR ET CONSOMMER 365 JOURS PAR AN

Aujourd'hui 1900

-20%

sur tout le magasin
jusqu'au 24/12

NANCY

L'Esprit d'une Époque !

Verreries, lustres, lampes artistiques
en verre nuagé ou gravé à l'acide dans
l'esprit de Gallé et des plus grands artistes
de l'École de Nancy.

- Créations personnalisées
- Restauration de luminaires



HORAIRES SPÉCIAUX FÊTES

Ouvert : LUNDIS 23 déc. > 13h30/18h45 - MARDI 24 déc. > 10h/18h

Ouverture du mercredi au samedi de 10h à 18h45 • Le dimanche de 10h à 18h
29 rue du S^t Blandan - Nancy (Face Musée de l'École de Nancy - Parking Thermal)
Tél./Fax 03 83 90 73 68 • www.laflor1900.fr

Bleu Turquoise

Un choix incomparable
de bijoux en argent 925/000

CHAÎNE
40 ou 45cm

8,50€

Argent 925/000e



PENDANTIF CŒUR

11€



PENDANTIF LETTRE
AU CHOIX

8,50€

77 rue St Dizier NANCY
Face Marché couvert
(entre le Mitron et Coiffure St Algue)

Destockage massif JUQU'AU 31 JANVIER 2014

avant travaux d'embellissement

OUVERTURES EXCEPTIONNELLES

DIMANCHE 22 DÉCEMBRE DE 10H À 19H
ET DIMANCHE 5 JANVIER DE 14H À 19H



Confection homme, femme, enfant - Chaussures

10, rue Raugraff - NANCY - Tél. 03 83 17 15 15

ZEÏN, VOYAGE AU PAYS DES SENS

Luxe, calme et volupté. Le hammam Zeïn qui vient d'ouvrir ses portes est une invitation au voyage. Un lieu magique dédié à la détente de l'esprit et du corps, un havre de savoir-vivre oriental à découvrir à deux pas du parc Sainte-Marie.



PUBLI-REPORTAGE



Samira Bouaqlin. Même les produits utilisés pour les soins ont fait le voyage. L'huile d'argan, le savon noir et le rassoul viennent du sud marocain.

Rituels de beauté

Après un passage par les vestiaires et un démaquillage à l'orientale - à l'huile d'argan et eau de fleur d'oranger - bienvenue dans le cœur de Zeïn : le hammam, composé de 4 salles. La première décorée de zéliges et de bancs bleus est tiède (35°C) "on y reste autant que l'on souhaite, explique Samira Bouaqlin, mais la durée idéale est de 30 minutes pour se détendre et préparer la peau aux soins". La seconde, plus chaude (45°C) est dans les tons de rouge. Dans la troisième salle, 3 tables chauffées en mosaïque accueillent les clients pour les soins rituels. Dimia, Mélissa, Stéphanie et Samira - esthéticiennes, masseuses,

L'adresse est encore un peu confidentielle, comme celle des plus beaux riads nichés dans la médina de Marrakech. La surprise n'en est que plus belle ! Derrière la porte des anciens établissements Colin, le dépaysement est garanti. Murs en tadelakt, fontaine, zéliges, lumière douce diffusée par des lanternes en fer forgé, bougies ouvragées et délicat parfum d'encens. Pas besoin de passeport, le voyage a commencé. Après Lille, Mouvaux, Nantes, Marseille, Bruxelles et Rouen, Kader Chaa - créateur du concept Zeïn oriental spa - a choisi Nancy pour installer son tout dernier temple du bien-être. Ancien chirurgien-dentiste à Alger,

Kader Chaa s'est lancé dans l'aventure Zeïn en 2004. C'est à Lille qu'il ouvre son premier centre dans une ancienne filature de lin du XIXe siècle. Chaque nouvel établissement est ensuite installé dans un lieu historique. A Nantes, il choisit l'ancienne usine de biscuit Lu, à Rouen ce sera un hangar fluvial du XIXe. « Ici il y avait les carrelages Colin, explique Samira Bouaqlin, la responsable adjointe de l'établissement nancéien, mais il paraît qu'avant c'était une fabrique de chapeaux. » Qui dit ancienne usine, dit espace : 900 m2 ont été réaménagés dans la plus pure tradition orientale. « Tout le mobilier, les carrelages, les bougies et la décoration viennent du Maroc » poursuit

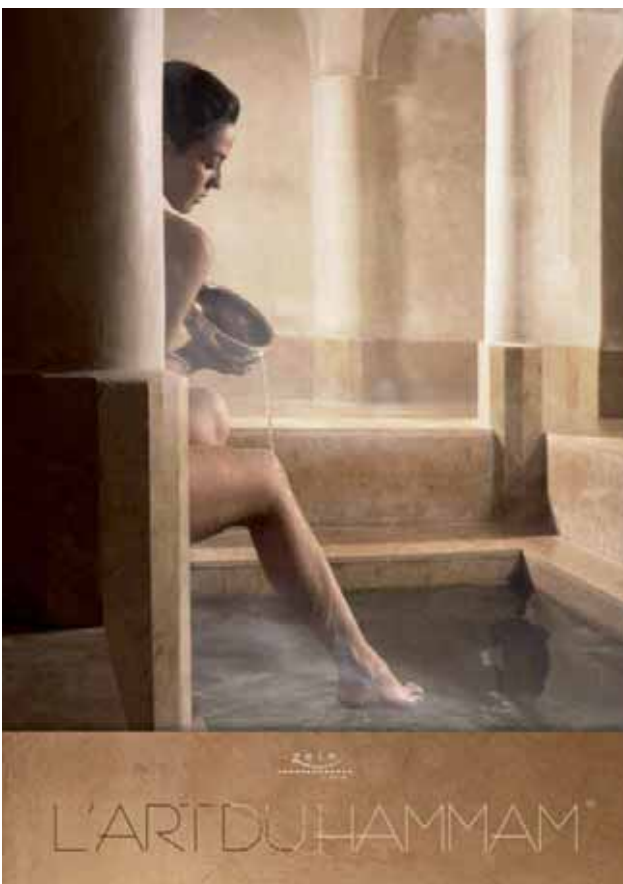




gommeuses en tenue traditionnelle - y appliquent sur tout le corps le savon noir traditionnel ou le rassoul après le gommage avec un gant spécial hammam, appelé kessa. Dans la dernière salle, place à la détente autour d'un thé à la menthe et de fruits frais. A la fois hammam et centre de beauté, Zeïn propose toutes sortes de soins. Des massages - seul ou en duo- relaxants ou énergiques aux huiles orientales parfumées (fleur d'oranger, rose, santal, ambre, figue et dattes...), aux pierres chaudes et même à la bougie. Zeïn propose également des épilations à la cire classique ou traditionnelle au sucre, citron et miel. Et pour que l'offre beauté soit complète, un salon de coiffure ouvrira dans quelques jours. Réservé aux femmes du lundi au samedi en journée le centre accueille es homes les lundis et vendredis de 18h à 21h et se fait mixte le dimanche de 11h à 21h. Les enfants sont les bienvenus à partir de 10 ans.

Pour l'ouverture du centre, Zeïn Nancy offre des tarifs tout doux Embarquement à partir de 17€ pour un accès libre au hammam, 35€ pour un rituel ancestral (hammam, gommage traditionnel au savon noir et gant kessa) et 56€ pour un rituel Lotus (hammam et massage de 30 minutes aux huiles précieuses orientales). L'invitation au voyage se poursuit avec des offres spéciales Noël. Alors, on embarque? ■

Zeïn • 10 avenue du Maréchal Juin - 54000 Nancy • 03 83 28 00 28
Plus d'infos sur www.zeinorientalspa.fr et sur la page Facebook Zein Nancy



OFFRE DE NOËL

zeïn

oriental spa

L'art du hammam

Découvrez le Rituel Assila

- Entrée rituel Hammam
- Massage 30 min à l'huile précieuse d'argan

TARIF DE NOËL ▶ 56€ ~~66€~~

Découvrez le Rituel Nassira

- Entrée rituel Hammam
- Gommage traditionnel marocain au savon noir
- Massage cocooning à l'élixir de bougies (45 min)

TARIF DE NOËL ▶ 89€ ~~105€~~

*Découvrez nos cartes cadeaux
et nos rituels de Noël*

ZEIN NANCY

10 Avenue du Maréchal Juin

Tél. 03 83 28 00 28

www.zeinorientalspa.fr





Émile Gallé, vase Fleur de passiflore, Nancy, MEN

© P. Caron

LES NATURES DE L'ART NOUVEAU SE DÉVOILENT À NANCY

À la fin du 19^{ème} siècle naît à travers toute l'Europe, un vaste mouvement de renouveau artistique, dont l'inspiration principale est la nature. Le Palais du Gouvernement et le musée de l'École de Nancy en révèlent des trésors.

De Barcelone à Helsinki, de Bruxelles à Ljubljana ou de Glasgow à Nancy, la nature façonne une esthétique nouvelle à la fin du 19^{ème} siècle. Une source d'inspiration donnant vie à des formes qui révolutionnent l'art de vivre, et permet d'unir la science et l'art dans un

LA COMEDIE

Café-Théâtre



DE NANCY

LE 1^{ER} CAFÉ-THÉÂTRE LORRAIN !

www.la-comedie-de-nancy.fr

Réservations :
06 76 80 53 92



ILS ONT DES GOSSES MAIS ILS SE SOIGNENT

De l'arrivée de la progéniture sur des chapeaux de roue... Au mariage du petit dernier dans les toilettes... En passant par un départ en vacances mouvementé... Coco&Did revisitent les petits bonheurs de la vie de famille !



Du 23 décembre au 5 janvier

Tous les jours 19H30 - 21H
Dimanche 15H - 17H

**UN SPECTACLE
SCANDALEMENT
DRÔLE
À
MOURIR DE RIRE**

SPECIAL NOEL
2 Séances
20H - 22H
1 BOISSON OFFERTE

SPECIAL NOUVEL AN
4 Séances
18H - 19H30
21H - 22H30
1 BOISSON OFFERTE
AMUSE-BOUCHES

2014

14 RUE DU GRAND RABBIN HAGUENAUER - NANCY

même élan moderne. A Nancy, l'exposition Natures de l'Art nouveau organisée au Palais du Gouvernement explore les différentes interprétations de la beauté nées aux quatre coins de l'Europe, en les envisageant comme un langage facteur d'unification. Forts d'un répertoire renouvelé, en particulier grâce aux progrès et aux publications scientifiques, les créateurs de l'Art nouveau traduisent chacun dans un langage propre, leur perception de la beauté. Leurs univers, pourtant résolument ancrés dans les besoins du quotidien, deviennent des paradis imaginaires peuplés de figures organiques sensuelles, de symboles, d'utopies, de rêves et de mystères.

Un florilège d'œuvres rares

Dans le même espace d'exposition, le musée de l'École de Nancy présente un « florilège » de ses 15 dernières années d'acquisition au travers d'une sélection d'une soixantaine d'œuvres des principaux artistes nancéiens peu ou jamais montrées au public. Dans une scénographie imbriquée évoquant tous les domaines de création de l'École de Nancy, verreries, mobiliers, céramiques, cuirs, ferronneries illustrent ainsi d'exemples le propos de l'exposition. A découvrir ! ■ **Simon Anheim**

Informations pratiques :

Entrée libre

Du 20 décembre 2013 au 13 avril 2014 - Ouvert du mardi au dimanche, de 10h à 12h30 et de 14h à 18h

Palais du Gouvernement, place de la Carrière, 54000 Nancy, Tél : 03 83 17 86 77

Louis Majorelle, Table Feuilles de marronnier, Nancy, MEN



© P. Caron



Lingerie Raugraff

Chantelle - Simone Pérèle
Empreinte - Prima Donna
Barbara - Triumph ...

BONNETS A à H

*Pour vos fêtes, pensez à nos
Chèques-cadeaux !*



29, Rue Raugraff • NANCY
Tél. 03 83 32 03 44

© SIMONE PÉRÈLE

TENUE DE NUIT - PROTHÈSE MAMMAIRE - CORSETERIE



Dans un lieu dédié à la forme et au bien-être, Franck et Marie-Laure, nouveaux gérants depuis l'an dernier, ont décidé de rénover l'endroit pour en faire une des salles les plus en pointe. Avec un parc de machines flambantes neuves, ergonomiques et confortables pour tous les niveaux, elle est devenue l'une des plus accueillantes et des plus abordables de l'agglomération nancéienne.

C'était une des adresses qui avait compris, bien avant les autres, l'enjeu que représentait dans les années 80 le souci de la culture physique. Rien n'a fait faiblir le rythme de la salle de la rue de Laxou, à mi chemin entre le Crous et la gare de Nancy. Parmi les clients réguliers, un amateur qui n'a jamais ménagé ses efforts : Ces treize dernières années, Franck Spiral était adhérent au club et fréquentait assidument cette salle. Le destin l'a conduit à en prendre les manettes et laisser libre cours à son envie de proposer le meilleur de la forme aux nancéiens. Les choses ont bien changées depuis les années 80, pas question aujourd'hui de vanter les gros biceps huilés et bronzés, la remise en forme se fait de façon décontractée, décomplexée et familiale.

Liberté, convivialité et petits prix

Chez Energy Max, l'approche est guidée par un souci de liberté, à contre-courant des beaucoup de salles existantes. « Pas de musique forte, un accueil personnalisé : on est bien loin des complexes qui existent partout en France, explique les gérants »

Question porte-monnaie, Energy Max a su s'adapter aux contraintes d'aujourd'hui : la forme oui, mais pas à n'importe quel prix. Ici, pas de frais d'inscription, pas de frais de badge. Deux formules, au semestre ou à l'année, permettent à cette structure de tirer les tarifs vers le bas, en dessous des moins chers des clubs de l'agglomération, offrant des prestations dans le forfait comme le sauna.

Après avoir entièrement revue la décoration, les espaces, les couleurs, les vestiaires, le lieu est devenu résolument tendance, Franck et Marie-Laure Spiral vous proposent à présent un établissement où l'on se sent bien, une invitation à la détente et au bien être.



Trois espaces en un

Un premier espace est dédié au cardio-training, fitness et musculation, avec une amplitude horaire de 6h à 23h tous les jours de la semaine et tous les jours de l'année.

Des nouvelles machines ont été installées : tapis de course, elliptiques, vélos, vélos semi-allongés, steppers, rameurs, bike, sont à votre disposition afin de varier au maximum vos entraînements dans une atmosphère conviviale et détendue.

Machines guidées et ergonomiques, espace fonte et haltères vous permettront de vous entraîner librement et de compléter votre musculation.

Envie de vous délasser après une séance d'entraînement? Profitez des effets

bénéfiques et relaxants du sauna. Inutile de payer un supplément car en tant qu'adhérent cette prestation est incluse dans l'abonnement et exclusivement réservée aux abonnés!

Si vous souhaitez préparer votre peau à un séjour au soleil ou prolonger votre bronzage tout au long de l'année dans le respect des règles d'utilisation des UV en cabine, Energy Max vous donne la possibilité de faire des séances UV à 6€ l'unité ou en forfait de 10 séances à 50€. Cette prestation est ouverte aux adhérents et aux visiteurs extérieurs. ■

Energy Max,
33 bis, rue de Laxou, 54000 NANCY
Plus d'infos sur www.energymaxnancy.fr
et sur la page Facebook Energy Max
03 83 28 77 00
energymaxnancy@hotmail.fr

Adhésion annuelle à 324 € ou semestrielle à 210 € avec facilités de paiement (à voir sur place). Pas de frais d'inscription et badge gratuit -Séance d'essai à 10 € déductible en cas d'adhésion.



**OFFREZ UN ABONNEMENT !
2 MOIS OFFERTS***
POUR TOUT ABONNEMENT ANNUEL

*OFFRE VALABLE JUSQU'AU 31 JANVIER 2014 SUR PRÉSENTATION DE CE COUPON



**L'ESSENTIEL
POUR VOTRE
FORME**

**OUVERT 7J/7
6H/23H**
OUVERT LES JOURS FÉRIÉS

**MUSCULATION
CARDIO-TRAINING
FITNESS • UV • SAUNA**



33 BIS, RUE DE LAXOU • NANCY
03 83 28 77 00
[HTTP://ENERGYMAXNANCY.FR](http://energymaxnancy.fr) • [ENERGYMAXNANCY@HOTMAIL.FR](mailto:energymaxnancy@hotmail.fr)

EN MANGEANT PAR LA LORRAINE...

C'est autant un livre de recettes qu'un recueil de portraits. L'écrivain Bertrand Munier est allé à la rencontre d'une centaine de passionnés de la cuisine lorraine, grands-chefs, boulangers, aubergistes, blogueurs pour recueillir autant de recettes qui font la réputation gastronomique de notre région. C'est profond comme une bible et tentant comme un menu...



Connaissez-vous la différence entre la potée lorraine et la potée portoise ? Deux pages séparent les deux recettes dans le recueil de Bertrand Munier, mais entre elles, le voyage en Lorraine est total. Pour la première, direction les Vosges. Rencontre avec la famille Houillon-Mellard, qui tient une ferme-auberge. Page de gauche, quelques mots pour faire connaissance, page de droite, les secrets dévoilés en quelques lignes de recette. Pages suivantes, la potée portoise est racontée à travers la rencontre avec Lydie et Emile Jacquot, bouchers à Saint-Nicolas de Port. Où l'on apprend que

easy computer
Réparations toutes marques
Mac et PC

- ✓ Apple Care
- ✓ Interventions à domicile
- ✓ Centre Express EPSON
- ✓ Réparation Mac sous et hors garantie

NOUVEAU

Nous assurons votre formation à l'utilisation de votre :

- iPhone
- iPad
- Mac
- PC

Easy Computer Nancy
143 rue Sergent Blandan
Tél. 03 83 27 57 33

Easy Store Nancy
3 avenue Foch
Tél. 03 83 35 72 00

Easy Store Épinal
ZAC des Terres St Jean
Tél. 03 29 29 04 10

Easy Computer Metz
18, rue des Augustins
Tél. 03 87 15 19 19

easy-computer.fr

SINGER®

Le spécialiste de la machine à coudre

RÉPARATIONS TOUTES MARQUES

-10% sur tout le magasin jusqu'au 24/12

*Machines à repasser
Aspirateurs - Accessoires couture*

S 116, Av. de Strasbourg - Nancy
03 83 35 21 64 ou 06 82 84 38 90

la variante locale intègre des haricots rouges et de la crème.

Un plat, un personnage

Partant du principe que la cuisine lorraine est une cuisine simple et authentique, Bertrand Munier a choisi de la présenter à travers des personnages : « Je les connais tous, je les ai tous rencontrés. J'ai apprécié leur personnalité, leur capacité à aimer cette cuisine et à la mettre en valeur. C'est pour ça qu'ils ont chacun une place dans ce livre, qui n'a rien d'un catalogue publicitaire ou d'un guide gastronomique. De l'entrée au dessert, j'essaie de présenter le meilleur de notre cuisine régionale. »

En préface, un des chefs les plus réputés de notre région, Michel Roth, longtemps aux manettes du Ritz à Paris, évoque chaque page de ce livre comme autant de tableaux de son enfance, « ces jours qui nous ont fait grandir, qu'ils soient ordinaires, dominicaux, festifs ou familiaux... tous, inmanquablement, nous ramenaient à la table. » Le chef étoilé participe aussi à l'exercice de la recette proposée. A tout seigneur tout honneur, c'est la recette de la quiche → p.20



LA MARMITE DE LA PARISIENNE

Au calme, dans un cadre raffiné, venez découvrir sa cuisine de tradition.

C'est à deux pas du parc de la Pépinière et de la porte de la Craffe à Nancy, que la parisienne est venue s'installer pour mitonner ses petits plats traditionnels. Du lundi au samedi, elle vous accueille chaleureusement dans son restaurant à la décoration sobre et élégante, teintée de camaïeux gris et taupe. Tous les midis, un plat du jour vous ai proposé à 9,50 € et un menu : entrée, plat et dessert à 14,50 €. Le soir à partir de 19h, des menus à la carte de 18,50 € à 24,50 € aiguiseront vos papilles. Une cuisine de qualité à découvrir à des prix très raisonnables. Aux beaux jours, une jolie terrasse intimiste vous permettra de profiter du soleil et d'y prolonger vos soirées. Une adresse incontournable à découvrir ou à redécouvrir pour vos déjeuners ou lors d'un dîner romantique. ■

La Marmite de la Parisienne - 4 rue Braconnot, 54000 Nancy, •
03 83 29 77 86

La Marmite de la Parisienne

Au calme... dans un cadre raffiné...
Venez déguster notre cuisine de tradition



Soirée Nouvel An sur
réservation 03 83 29 77 86

Menu gastronomique
avec vins à discrétion : 82€

Tous les midis

Plat du jour à 9,50€ / Menu : entrée, plat et dessert à 14,50€
du lundi au vendredi

Menus : 18,50€ / 24,50€ et carte

Séminaire • Repas de famille

4, Rue Braconnot - Nancy



*Pour vos fêtes
de fin d'année*

Avec les
**AGRICULTEURS
LORRAINS, goûtez
les saveurs du terroir !**



LA FERME DES FRUITIERS

COYVILLER à 5 km de St-Nicolas-de-Port

Tél. 03 83 46 74 55

LA CROIX DU JARD

Ch. Fleurfontaine à LAÎTRE-SOUS-AMANCE

Tél. 03 83 31 02 33

**Nous cultivons aussi
le sens de la proximité !**

👉 Lapin persillé en gelée

«Boucherie-Charcuterie Edouard» - «Ferme de la Basse-Prairie»
Marché Couvert Place Henri Mengin 54000 Nancy • 03 83 32 15 96



lorraine que soumet Michel Roth. En toute humilité, il évoque la possibilité d'ajouter un peu de fromage (sacrilège pour certains !) et son amour de ce plat simple devenu universel.

Sous la tradition, la surprise

Au fil des pages, quelques découvertes à contre-courant de l'image parfois réductrice d'une cuisine campagnarde et provinciale. Comme l'exemple de cette « Salade vosgienne...pas comme les autres ». L'intitulé annonce la couleur. La recette signée Julien Jeanselme chef présenté comme « généreux et esthète », officiant à Gérardmer, recompose cette salade - qu'on a souvent tendance à réduire à son côté roboratif - en une composition élégante à base de viande séchée, de foie gras, de confit au jus de brimbelle, agrémentée de fleurs comestibles telles que la bourrache ou la capucine. Plaisir des yeux, des sens au détour d'une rencontre avec une famille d'hôteliers établie dans la cité gérômoise depuis 1908.

Ce livre s'adresse à tous ceux, débutants ou cuisiniers confirmés, qui ont l'envie simple et sincère de cuisiner lorrain. A chaque recette, une peinture dans son domaine révèle ses secrets : chefs étoilés, meilleurs ouvriers de France, blogueurs, traiteurs. On feuillette ce livre dans son canapé comme on peut le suivre à la loupe sur son plan de travail, couteau à viande en main. C'est un voyage, une invitation et finalement un hommage à la cuisine lorraine dans ce qu'elle peut présenter de meilleur. ■ Alice Cimiez

👉 La cuisine lorraine par ses chefs - Bertrand Munier
Ed. Serpenoise - 30€

👉 Potée portoise

Lydie et Émile Jacquot - «Boucherie Jacquot»
2 rue Bonnardel 54210 Saint-Nicolas-de-Port • 03 83 48 10 31



BIENVENUE CHEZ L'ALCHIMISTE PÂTISSIER ADAM LE ST EPRE



© Simon Anheim

PUBLI-REPORTAGE

A deux pas de la Place Stanislas, au cœur de la Vieille Ville, venez découvrir pour vos fêtes les spécialités gourmandes de la pâtisserie Adam.

La magie des fêtes de fin d'année est au rendez-vous dans la maison fondée en 1882 ! Confiseries, tendres guimauves, chocolats, macarons de Nancy, pains d'épices, caramels, pâtes de fruits aux multiples parfums, sans oublier les délices salés dont les pâtés lorrains, tourtes cuisses de grenouilles, morilles, escargots et autres feuilletés de St Jacques aux petits légumes : tous seront une fête à votre table. Vous y trouverez également l'Impératrice la bûche spécialement créée pour

cette année : une mousse praline légère avec un biscuit roulé et compotée mandarine. Que des produits de fabrication artisanale élaborés à partir de matières premières nobles.

Bien sur goûtez le Saint-Epvre, image et patrimoine gastronomique de la maison que Jean-François Adam vous propose depuis 30 ans dans le respect de la recette originale. Un gâteau très moelleux composé de deux disques de meringue aux amandes, garnis d'une crème au beurre à la vanille et à la nougatine pilée. Rond et blond, saupoudré de sucre glace, ses saveurs vanille et nougatine sont subtiles et s'équilibrent parfaitement en bouche. Réputé bien au delà de la Lorraine, il est aujourd'hui demandé aux quatre coins du monde. Pour

Noël il sera décliné sous forme de bûche et de calendrier pour le nouvel an. Pensez à commander !

Vous pourrez ensuite déguster pour l'Épiphanie les traditionnelles galettes fourrées frangipane avec en surprise une collection de fèves École de Nancy « Émile Gallé, maître verrier » ainsi que de nouveaux parfums à découvrir...■

ADAM Le St Epvre - 3 Place Saint-Epvre - Ville Vieille, 54000 Nancy • 03 83 32 04 69
Ouvert sans interruption en décembre du mardi au samedi de 8h à 19h30 et le dimanche de 8h à 18h, et ouvertures exceptionnelles lundi 23 et 30 décembre de 9h à 18h, mardi 24 et 31 de 8h à 18h, mercredi 25 décembre et 1er janvier de 9h à 12h.

ADAM

Le St Epvre®

Pâtissier • Chocolatier • Confiseur



Le seul, l'authentique !

Le St Epvre®

Meringue aux Amandes
Crème Vanillée
Nougatine pilée

En forme de **Bûche** pour Noël

En forme de **Calendrier** pour Nouvel An

Où dans sa base **Traditionnelle**

Le St Epvre®, marque déposée depuis 1907

Spécial Noël & Nouvel An

Bûche L'Impératrice

création
2013

Biscuit roulé, mousse praline, compotée mandarine

Pour vos cocktails

- Plateau de 24 ou 48 réductions (Réductions salées et sucrées)
- Petits fours salés ou sucrés
- Pain surprise assorti (24 ou 42 toasts)
- Pain surprise saumon (24 toasts)

Pour vos entrées

- Pâté lorrain • Tourte lorraine
- Quiche lorraine • Quiche aux légumes
- Quiche saumon épinards
- Tourte cuisses grenouilles
- Tourte escargots • Tourte morilles
- Feuilleté St Jacques aux petits légumes

Bûches & Calendriers

Bûches • ÉCLAT D'OR • 3 CABOSSES • FRUCTIDOR • L'IMPÉRATRICE création 2013
• FORESTIÈRE • TENTATION • ROULÉE FRAMBOISES

Calendriers • DUC DE PRASLIN • FRUCTIDOR • OPÉRA • NOIR INTENSE
• TENTATION • L'IMPÉRATRICE création 2013



3 place Saint-Epvre • Ville Vieille • NANCY
Tél. : 03 83 32 04 69 • patisseriesaintepvre@wanadoo.fr

Ouverture : du mardi au samedi de 8h à 19h30 et le dimanche de 8h à 18h

**OUVERTURES
EXCEPTIONNELLES**

- Les lundis 23 et 30 décembre de 9h à 18h
- Les mardis 24 et 31 décembre de 8h à 18h
- Les mercredis 25 décembre et 1^{er} janvier de 9h à 12h

Toute l'équipe
de La Pâtisserie ADAM
vous remercie de votre confiance et
vous souhaite de bonnes fêtes 2013
et une bonne année 2014 !

À TABLE AVEC LES COMMERCANTS DU MARCHÉ CENTRAL

Décembre est déjà là et la soirée du Réveillon est dans toutes les têtes. Pour une soirée de Noël idéale à table et sous le sapin, direction le marché Central de Nancy pour un passage en revue des étals des commerçants, avec leurs promesses, leurs recettes, leurs bon plans.

Chez Tony, le meilleur de l'Italie dans votre assiette

Simplicité et raffinement, l'étal de Tony au marché central propose ce que l'Italie offre de meilleur pour des assiettes toujours ensoleillées. Commençons par l'apéritif, dans la cave à vin ouverte il y a tout juste deux ans, on a l'embarras du choix pour faire pétiller le début de soirée. Prosecco, Lambrusco rouge, blanc ou rosé, Moscato d'Asti finement pétillant, Spritz, bières, limonades aux fruits... En entrée, le choix va être cornélien. Antipasti ou charcuterie ? Partons pour les 2 ! Légumes grillés, fruits de mer, petits farcis au thon ou au fromage dans la première vitrine et grand choix de charcuterie de toutes les régions transalpines dans la seconde. En fin d'année, la truffe est reine dans ce rayon, on l'appréciera dans un saucisson de sanglier

*Savours et Parfums
d'Italie*

67€

Restaurant
**Chez
TONY**

Nouveauté 2013
Bar à charcuteries

**CHARCUTERIES · FROMAGES · VINS
PÂTES FRAÎCHES · PANETTONE
TOUS LES PRODUITS ITALIENS AUTHENTIQUES**

MARCHÉ COUVERT - NANCY - 03 83 32 65 47



fabriquée à Parme, dans des fines tranches de jambon blanc ou même dans la mortadelle typique de Bologne. La pasta, sèche ou fraîche, est aussi à la fête. Venant tout droit d'Italie, la gamme traditionnelle et les sauces prennent un air chic ; aux noix de Saint-Jacques, aux truffes, aux cèpes, elles auront leur place sur les tables de Noël. A servir avec des sauces à la truffe, aux cèpes ou simplement avec un pesto genovese ou rosso. Les puristes y verseront quelques gouttes d'huile d'olive à la truffe blanche d'Alba ou à la truffe noire et un peu de parmesan. A choisir parmi les parmesans classiques (18, 28 ou 40 mois) ou le plus délicat et fruité parmesan de bufflonne. La truffe se glisse aussi avec bonheur dans les fromages, comme le Pecorino romano, au lait de brebis. Pour le dessert, les douceurs italiennes se



passent de publicité : tiramisu, panna cotta au chocolat, aux fruits rouges ou aux cerises amarena, sont des classiques de fin de repas. En Italie, la star de Noël, c'est le panettone, que l'on aurait tort d'imaginer sec et sans saveur. Il y en a des dizaines de sortes, à tous les prix, certains aussi beaux que des cadeaux.

Pas facile de faire son choix parmi tous ces délicieux produits. Et si on les goûtait avant de se décider ? C'est possible... Depuis 6 ans, Tony et sa compagne Sabrina ont ouvert sous la halle un petit restaurant où l'on peut déguster leurs produits. Pour les pressés, ils ont créé un bar à charcuterie où l'on peut goûter, dans un esprit marché, charcuteries, fromages, salades et antipasti sur le pouce, accompagnés d'un verre de vin.

Leur produit de fête : Le panettone

Le panettone est une brioche fourrée de raisins secs, de fruits confits et de zestes d'agrumes. C'est le gâteau traditionnel des habitants de la Lombardie, du Milanais et du Piémont. Sa dégustation fait partie des traditions de Noël. Nous en avons une vingtaine de sortes différentes à tous les prix : au gianduja, aux amandes et aux oranges confites, à la crème de citron... Ainsi que la Roll's du panettone, plus chère, aux marrons, cédrat, pistaches, abricot-chocolat, poire-chocolat, café et amarena. En Italie, on ne conçoit pas une table de Noël sans panettone.



Prim' Délices

Chez Frédéric (Direct de Rungis)



- corbeilles de fruits • mini-légumes
- champignons sauvages
- racines (crosnes, ...)
- fruits exotiques
- soupes maison

MARCHÉ COUVERT - NANCY
03 83 30 01 08

Le Comptoir Lorrain



Saveurs Lorraines Épicerie Fine

Découvrez nos produits typiques :

- vin de fraise,
- perlé de mirabelle,
- whisky lorrain,
- eau de vie, liqueurs,
- madeleines, bergamotes...



>>> COFFRETS CADEAUX <<<

MARCHÉ CENTRAL - NANCY
François Muller • 06 67 50 08 06



Maison Grégoire, 40 ans de passion du bon

Fils de boucher, Yves Grégoire est passionné par son métier. Au point de proposer ses produits un peu partout dans la région. Dans les Vosges, à Neufchâteau, se trouve la maison-mère ainsi qu'un atelier de découpe et de charcuterie aux normes CE. L'étal du marché central nancéien (dont la spécialité est l'agneau du Limousin) a ouvert il y a 7 ans et compte 3 cellules dont une réservée exclusivement à la triperie. « 100% de nos produits tripiers sont faits maison, explique

Christine Grégoire. Idem pour les produits traiteur « tout est préparé dans l'atelier de Neufchâteau : saucisses, boudins, fromages de tête, galantines... » Aux cotés de recettes typiques, comme celle du fromage de tête de la grand-mère d'Yves Grégoire, qui n'a pas bougé d'un pouce, les charcutiers de l'atelier mitonnent de nouvelles spécialités comme ce pressé de joues de porc au foie gras, et sont toujours à la recherche de nouvelles idées. En plus du marché et des boutiques néocastriennes les produits de la Maison Grégoire sont distribués à l'ancienne dans un camion de tournée qui dessert la Meuse, les Vosges, la Meurthe-et-Moselle et la Haute-Marne.

Une vitrine en habit de fêtes

Choix et qualité sont au rendez-vous toute l'année et pour les fêtes, les vitrines se garnissent de produits d'exception à retrouver sur la carte traiteur élaborée par la Maison. Au menu : saumon fumé au bois de hêtre et ses blinis, marbré de saint-jacques aux écrevisses, cassolettes de ris de veau aux cèpes, baecoffe au foie gras, grenadin de veau sauce truffe.... En tout 7 entrées froides, 6 entrées chaudes, 4 plats de fête et toute une gamme de charcuterie 100% faite maison du boudin blanc truffé au porcelet farci en passant par la galantine. La carte traiteur fait aussi la part belle aux légumes et aux pâtisseries salées et sucrées. De quoi se faire un menu de Noël ou de Nouvel-an sans passer par la case cuisine. Pour ceux qui ont envie de faire eux-même leur plat de fête, la Maison Grégoire propose un large choix de viandes issues d'élevages français, de volailles fermières et de Bresse.

Plus d'infos : Marché couvert, allée sud 03 83 32 00 85



Maison GRÉGOIRE

Charcuterie Artisanale, Spécialités Lorraines, Viande Française, Triperie, "Produits Maison"



Yves GRÉGOIRE, fils de boucher, 40 ans d'expérience.

Pour Noël et Nouvel An,

la Maison GRÉGOIRE a élaboré une carte traiteur :

- ★ Entrées froides et chaudes, plats et desserts
- ★ Foies gras d'oie et de canard
- ★ Saumon fumé au bois de hêtre et sel de Guérande
- ★ Boudin blanc truffé ★ Escargots de Bourgogne
- ★ Galantines et suprêmes ★ Volailles de Bresse
- ★ Volailles fermières ...

Produits fabriqués par nos soins, matières premières provenant des meilleurs fournisseurs et issues d'élevages français.

MARCHÉ COUVERT-ALLÉE SUD-03.83.32.00.85

La recette de fête Feuilleté de filet de bœuf truffé aux champignons sauvages

Préparation : 20 mn

Cuisson 40 mn

Pour 8 personnes

- 1 filet de boeuf de 1,5 kg
- 600 g de champignons de Paris
- 1 kg de poêlée de champignons sauvages surgelée
- 2 rouleaux de pâte feuilletée
- 2 échalotes
- 1 petite boîte de pelures de truffe
- 1 jaune d'œuf
- 2 cuillères à soupe d'huile
- 110 g de beurre
- 20 cl de fond de veau, sel poivre



Dorer la viande salée et poivrée dans une poêle huilée. Laisser refroidir sur un linge pendant 20 minutes pour en absorber le jus. Allumer le four sur 200 °.

Émincer les champignons de Paris. Ciseler les échalotes. Egoutter les pelures de truffe et conserver le jus. Faire sauter avec 20 g de beurre les champignons émincés et la moitié des échalotes. Hors du feu, ajouter les pelures de truffe et laisser refroidir. En couvrir le dessus du filet de boeuf froid.

Dérouler les pâtes, y envelopper la viande et souder les bords. Découper dans les chutes des motifs et les coller au jaune d'œuf.

Pratiquer une cheminée en coupant un rond sur le dessus de la pâte et y introduire un petit rouleau de papier sulfurisé dedans. Dorer la pâte au jaune d'œuf et cuire pendant 25 minutes. Laisser reposer 10 minutes.

Réchauffer les champignons sauvages dans une poêle avec 20 g de beurre.

Faire suer le reste des échalotes ciselées dans une casserole avec 10 g de beurre pendant 4 à 5 minutes. Mouiller du fond de veau et du jus de truffe puis faire réduire légèrement. Incorporer le rester de beurre coupé en cubes et fouetter.

Trancher le filet de bœuf et l'accompagner de jus à la truffe et des champignons.

Accord mets-vins : un Volnay

Bom Dia Portugal

By Topinão

PRODUITS du Portugal, Espagne & Brésil



*Morue spécial Noël • Poulpe • Bolo Rei / Paô de Ló
Charcuteries • Jambon Serrano • Fameux jambon Pata Negra
Fromages Manchego, Seia (brebis-chèvre-vache)
Beignets de morue • Rissolés de viande ou crevettes
Vins • Porto • Bières*

Produits frais : natas, grelos, pencas, fruits, broa, cabrito, leitão...

Service traiteur : PLATS PRÉPARÉS & À EMPORTER

Présent au marché de Vandœuvre le dimanche

Magasin principal : 4, Rue Foller - Nancy

MARCHÉ COUVERT - NANCY

03 72 14 70 59

LIVRAISON POSSIBLE SUR LA LORRAINE SOUS CONDITION

**Boucherie
Charcuterie**

**Méline
et Fils**



Fabrication Maison

CHARCUTERIE TRADITIONNELLE

- Fromage de tête • Jambons blancs • Andouillette

CHARCUTERIE FINE

- Foies gras • Saumon fumé • Ballotine de volaille

Retrouvez nos viandes en Label Rouge :

- Bœuf Charolais du Centre • Veau fermier élevé sous la mère
- Porc fermier du Sud-Ouest • Agneau du Limousin I.P.G. "Le Baronet"



& pour vos fêtes nos sélections de Bœuf du Concours de Charole.

MARCHÉ CENTRAL - NANCY - 03 83 32 09 94



AU JARDIN D'EDEN



Des produits de qualité, un accueil chaleureux
Fruits et légumes de saison et exotiques
Corbeilles de fruits • Fruits secs

Marché central
& Marché d'Haussonville

Au jardin d'Eden, les fruits au paradis

Attention, primeur passionné ! Acheter ses fruits et légumes chez Pierre-Jean Florion c'est prendre une grande bouffée de bonne humeur et bénéficier de conseils sur des produits choisis avec amour. « Mes produits je les goûte, je les fais goûter à ma famille et quand l'examen de passage est réussi, je les propose à mes clients, explique le jeune primeur installé au marché central, à celui d'Haussonville et de Metz. Ma petite touche à moi c'est le conseil, même quand il y a du monde, le samedi, je prends toujours le temps de discuter. » Il y a tout juste un mois, les Racines du ciel – étal réservé aux pommes-de-terre – s'est rapproché du Jardin d'Eden, « c'est plus pratique, se réjouit Pierre-Jean-Florion, et cela me permet de développer une gamme de légumes anciens, je suis fan des racines ! » A côté d'une douzaine de variétés de pommes de terre, on trouve en vrac des radis red meat et green meat, carottes parisiennes (biscornues mais délicieuses), des panais, du cerfeuil tubéreux... le primeur s'éclate et ça se voit. « Je suis originaire des Vosges, de mes parents agriculteurs et de mon grand-père arboriculteur, j'ai hérité la passion de la nature et de ce qui y pousse. J'ai produit mes propres fruits il y a quelques années mais aujourd'hui ma passion est de faire le tour de France pour trouver des produits d'exception. » Fan de produits du terroir et sensible au développement durable, Pierre-Jean Florion va chercher les produits dans leur terroir d'origine. L'ail rose à Lautrec, les produits du Sud près d'Avignon « on y gagne en fraîcheur et ça me paraît plus logiques que les fruits et légumes viennent directement du producteur au vendeur sans passer Rungis. » Derrière l'étal, les employés ont la banane, « j'ai une super équipe, 80% de ceux qui travaillent ici sont d'anciens apprentis que j'ai formé. C'est une manière de rendre ce que l'on m'a donné. » On pourrait rester des heures à écouter ce passionné, toujours prêt à faire goûter ses coups de cœur du moment. Tiens, aujourd'hui ce sera une mangue ou une orange de Sicile, ou peut-être des fruits confits, tout juste arrivés pour les fêtes. On a envie de tout goûter, tant la passion de Pierre-Jean Florion est communicative.



Son produit coup de cœur

Décembre, c'est la fête des fruits exotiques, gorgés de soleil. Les mangues du Brésil et du Pérou sont déjà là et celles de la Réunion ne vont pas tarder. Pour se faire plaisir, je conseille l'ananas bouteille, plus original que l'ananas Victoria. Il vient du Bénin, et sa chair blanche est très parfumée. Son nom vient de sa forme allongée et son cœur est très tendre. Ce fruit peut-être consommé nature, en confiserie, rôti, en beignets, etc. L'ananas permet d'accompagner des viandes grasses notamment pour des recettes créoles, asiatiques et antillaises, en associant le sucré et le salé. ■ Alice Cimiez



Crustacés
Coquillages

Les produits de la mer
c'est l'affaire à

SCHALLER

Tous les produits de la mer
à deux pas de chez vous !

Composez vos plateaux
de fruits de mer
selon vos envies !

www.poissonnerieschaller.com

BOUTIQUE MASY FRUITS



**Fruits exotiques
Fruits secs, confits, ...
Corbeilles • Légumes
Miels • Loukoums ...**

**MARCHÉ COUVERT - NANCY
03 83 32 29 01**



Mesure et Tradition
LA TRADITION DU FUTUR

Conception et Construction de Maisons Individuelles

**OFFREZ-VOUS
LA MAISON
SUR MESURE !**

Mesure et Tradition
74, avenue Foch
54000 NANCY
tél : 03 83 28 78 79
@ : mesure-et-tradition@wanadoo.fr
www.mesure-et-tradition.com

Nos agences :
NANCY / COMMERCY / EPINAL / THIONVILLE



DÉCORER SA MAISON POUR LES FÊTES

Cet hiver, les tendances à suivre vous sembleront vite lumineuses...

Il y a des saisons en décoration, et des modes renouvelées chaque année. Ressortir les mêmes boules à chaque Noël est peut-être une tradition efficace – et économe – mais pourquoi ne pas profiter de ce premier réveillon après la fin du monde inca pour changer de style ? Les créateurs ont travaillé dur pour vous proposer de nouvelles collections de décorations, il serait dommage qu'ils se soient évertués en vain. Découvrez donc leurs cahiers de tendances...

Et la lumière fut

Vous ne passerez pas les fêtes dans la pénombre. Les bougies se multiplient, avec ou sans odeur, les guirlandes sont plus lumineuses que jamais (grâce aux fibres optiques) et les photophores ne manqueront pas une occasion de passer à table. Cette année, Noël rime avec lumières. Optez pour des modèles qui ne sont pas trop gourmands en énergie, de manière à réconcilier l'esprit des fêtes avec le sens de l'écologie.

En toute transparence

Sur les sapins, les boules laissent deviner de mystérieux éléments. Elles sont translucides et délicates, tout comme la vaisselle sur votre table de fête. À vous les carafes en cristal et les vases détournés de leur usage : emplissez-les de boules de Noël pour accentuer cette plongée dans le merveilleux. Des décorations en verre, tout en délicatesse et en fragilité, compléteront votre mise en scène féerique.

Les goûts et les couleurs

Il paraît que la couleur à adopter cet hiver est le gris et le blanc. Il orne également les sapins les plus élégants, parés de teintes argentées. Il met d'ailleurs en valeur le bleu nordique (ou électrique) qui est, cette année encore, de toutes les fêtes. Si vous avez du mal à choisir, rassurez-vous : les décorations multicolores seront également très prisées. Leur dynamisme égayera n'importe quelle pièce. ■



Le sur-mesure : 100% massif !



1

Nous réalisons sur mesure
le meuble de votre choix

- 100% massif
- Garantie 10 ans
- Conseils en décoration

AVANT



APRES



CHANGEZ D'AMBIANCE !

2

Nous relookons également vos MEUBLES

- **Ponçage complet**
Pour revenir au bois brut sans utiliser de produits type décapant...
- **Finition par nos ébénistes**
avec nombreuses teintes au choix laissant apparaître la veine du bois.
- **Finitions :** Huilée - Bois Flotté - Laqué...
[aucun produit de type-sous couche donnant un aspect peinture]
- **Possibilité** de modifier vos meubles en atelier [changement de pieds, incrustation de verre laqué, changement de ferrures ...]

AVANT



APRES



FERME EXPO 800m²

3

Nous relookons également votre CUISINE

- **Démontage** par nos soins
- **Travaux** en atelier et à votre domicile
- **Possibilité** de changer votre plan de travail
- **Réalisation de crédence**
remplaçant votre carrelage mural
- La **GARANTIE** d'un RELOOKING de QUALITÉ !
- La **GARANTIE** de la TENUE DU PRODUIT

la Maison du Massif

www.maison-du-massif.fr • LE SPÉCIALISTE DU SUR-MESURE ET DU RELOOKING •

54210 VILLE-EN-VERMOIS - Tél. : 03.83.46.55.66

Du lundi au vendredi de 14h à 18h30, et le samedi de 9h à 12h et de 14h à 18h30

LES DESIGNERS NOUS SORTENT LE GRAND JEU

Quand les frontières générationnelles s'estompent, la décoration de la maison prend un coup de jeune.

« Dis, papa, tu n'aurais pas vu mon poster d'Albator ? »

Comment différencie-t-on la chambre d'un adulte de celle d'un enfant ? La deuxième serait plus riche en couleurs et contiendrait plus de jouets disséminés sur le plancher. Du moins en théorie. En effet, les adultes d'aujourd'hui ont appris à ne plus renier leurs jeunes années et même les moins « adolescents » d'entre eux seront souvent heureux d'exhiber fièrement une relique de leur passé. La décoration régressive opte même pour de nouvelles règles du jeu, puisqu'il s'agit de mettre en avant des objets récents qui imitent ceux d'antan. Entrez dans la cour des grands...



©Leblon delienne

Vintage toujours

Les jouets de notre enfance ont toujours autant de succès. Soit nous les rachetons pour que nos chères têtes blondes puissent à leur tour en profiter, soit nous trouvons de bonnes raisons de les garder à portée de main, en les transformant un peu. C'est ainsi que de vieux livres de la Bibliothèque rose deviennent des patères ou que les briques des jeux de construction se transforment en poignées. Les collectionneurs s'en donnent évidemment à cœur joie et de petites vitrines permettent d'exhiber fièrement des rangées entières de petits personnages ou de jouets surprises nés dans des œufs en chocolat ! Récupérer ces reliques de notre passé est une manière de nous remémorer cette époque dorée où les soucis semblaient encore bien lointains. C'est surtout une bonne façon de remettre un peu de gaieté dans un quotidien parfois trop morose, sans se prendre trop au sérieux.

Comme un sou neuf

Les fabricants ont bien compris cet engouement et l'on ne compte plus aujourd'hui les objets décoratifs représentant les personnages qui ont accompagné nos jeunes années. Ils sont d'ailleurs souvent réédités sous leur forme la plus ancienne, même quand ils ont depuis été revus et corrigés par les dessins animés en 3D. Les coussins à l'effigie des tout premiers Mickey côtoient ainsi des assiettes aux motifs faussement désuets et des boîtes de rangement métalliques ornées de vieilles

réclames... Des statuettes en résine, aux couleurs vives, apportent également une touche de dynamisme dans les salons ou même les bureaux. Souvent vendues en séries limitées, elles ne sont pas pour autant disponibles à un tarif excessif : chacun peut se créer sa propre galerie d'art, aux pièces presque rares.

Le plein de super

La véritable originalité de ces dernières années, pourtant, réside dans la fulgurante envolée des super-héros issus des comics américains. Ils tissent leur toile d'araignée sur des tableaux collés au mur, exposent leurs costumes brillants sur des mugs ou des tapis de souris et laissent des messages sous forme d'onomatopées explosives. Plus murs, ils paraissent plus sérieux que les personnages plus tendres que nous plébiscitions enfants. Il est très tentant de leur offrir une place dans la décoration, même s'il s'agit d'une zone limitée, par exemple à un seul pan de mur. Pour éviter la cacophonie visuelle, il est cependant conseillé de se restreindre à un univers ou à un code couleur. Hello Kitty aurait par exemple beaucoup de mal à s'imposer face à Hulk et cette confrontation pourrait heurter les âmes sensibles. La bonne nouvelle, par contre, c'est que la décoration régressive n'est pas obligée de se cantonner à la chambre : quand on grandit, c'est toute la maison qui devient notre univers ! ■

Mélanie De Coster



©Leblon delienne

MAISONS NOBLESS

CONSTRUISEZ SEREINEMENT VOTRE MAISON



Nancy 03 83 44 33 66

Metz 03 87 56 97 97

SOYEZ RAISONNABLE

RÉALISEZ VOTRE RÊVE AVEC MAISONS NOBLESS !
Depuis 25 ans, MAISONS NOBLESS a construit 2 000
maisons en Lorraine, toutes différentes car adaptées aux
besoins de chacun. Et vous, quelle maison choisirez-vous ?

*Optimisez votre
performance énergétique
avec le gaz naturel*



maisons-nobless.fr



UN NOËL TOUT DE VERT VÊTU

Des sapins morts sur les trottoirs, des cartons et des papiers multicolores débordant des poubelles... Le bilan de Noël est rarement brillant d'un point de vue écologique. Il est peut-être temps d'y mettre le holà.



©Thinkstock

Fête de famille, célébration de la fraternité ou autel élevé au consumérisme le plus effréné ? Noël, c'est tout cela, et plus encore. Alors que de plus en plus de voix s'élèvent pour regretter la supposée disparition des valeurs propres à la période des fêtes, d'autres y voient l'occasion de trouver des applications pratiques à leurs principes. Et si le vert traditionnel était celui de l'écologie ? Après tout, le souci de l'environnement est une forme d'altruisme ouvert à l'humanité présente et à venir. Quels sont les réflexes à adopter pour faire des fêtes un moment chaleureux et responsable ?

Mon beau sapin

Certains sont tentés de choisir un sapin en plastique afin d'épargner les forêts. Ils sont confortés dans ce choix par l'idée de durabilité qu'inspire cette solution. Pourtant, des études montrent qu'il faudrait vingt ans pour amortir l'empreinte carbone catastrophique de ces produits. Or, leur durée de vie moyenne n'est que de trois ans... On choisit donc un sapin naturel, issu de forêts françaises gérées durablement. Les modèles en pot pourront même être replantés, quand les autres seront recyclés.

Parfumé et touffu, l'épicéa est l'arbre traditionnel dans notre pays. Il voit cependant sa suprématie remise en cause par le Nordmann, dont les aiguilles tiennent beaucoup plus longtemps. Malheureusement, cette espèce est généralement importée du Danemark, ce qui entraîne une pollution lors du transport.

On peut également choisir de zapper le sapin naturel pour le remplacer par une création maison : en carton, en bois ou simplement dessiné sur un mur, il joue la carte de la personnalisation et laisse place à l'imagination.

La maison au naturel

Côté déco, on oublie la fausse neige et l'on opte pour le naturel : pommes de pin, écorce, oranges piquées de clous de girofle...

CONCEPTION ET RÉALISATION SUR MESURE PLAN DE TRAVAIL

Cuisine - Salle de bains - Escalier - Table - Table basse
Revêtement de sol - Intérieur/Extérieur - Salon de jardin



Marbrerie BULFERETTI



20 av. Paul Doumer
54000 Nancy
03 83 55 01 31

Pour les bougies, la cire végétale remplacera avantageusement la paraffine dérivée du pétrole. Ne reste plus qu'à décorer le sapin. Bien évidemment, le mieux est de conserver ses décorations d'une année sur l'autre, mais on peut aussi faire preuve de fantaisie en accrochant de petits jouets (personnages, animaux...), des origamis ou encore des bricolages réalisés par les enfants : on trouve une multitude d'idées sur internet. Pour les guirlandes, le mieux est de choisir des guirlandes en papier, en pop-corn ou, au pire, des lampions à LED, moins gourmands que leur équivalent électrique traditionnel. Pour les petits, on peut également confectionner un calendrier de l'avent en tissu ou, pourquoi pas, en boîtes d'allumettes vides que l'on aura empilées, collées puis peintes. Il ne restera plus qu'à y glisser de menus présents et friandises jusqu'au réveillon.

Emballé, c'est pesé

L'emballage des cadeaux pose lui aussi question : utiliser un morceau de papier dans le seul but de le déchirer puis de le jeter n'est pas le comportement le plus écologiquement responsable que l'on puisse concevoir... A minima, il faut éviter les papiers métallisés ou plastifiés, qui ne sont pas recyclables, et remplacer le scotch par de la colle sans solvant. Mais on peut également offrir des cadeaux très originaux en les emballant avec des collages, du papier journal ou même des publicités. L'idéal étant cependant de réutiliser ses emballages d'une année sur l'autre, on peut opter du tissu noué, comme les Japonais, des sacs en tissus, des paniers ou encore de grandes chaussettes de Noël, qui feront la joie des enfants.

Paré pour un réveillon écolo ? Ne reste plus qu'à trier les déchets !

■ Sidonie Joly



© Thinkstock

**Plus de 20 ans
d'expérience
au service
de votre projet**

*Des constructions
dans l'air du temps !*

*Nos dessinateurs élaboreront
pour vous un projet sur mesure.*



**TERRAINS
À BÂTIR**
Réhainviller,
Mont sur Meurthe,
Blainville sur l'Eau.



ECR vous apporte toutes les garanties constructeur
Z.A. du Douaire St-Aignan - 54360 Blainville-sur-l'Eau
Tél. 03 83 75 08 35 - www.ecr54.fr



Exposition de Opulences

Jusqu'au 5 Janvier 2014
Museum-Aquarium Rue Ste Catherine 54000 NANCY
 Exposition accessible dès 7 ans
 Galerie de l'Astrolabe, rez-de-chaussée.
 Site web de l'artiste : www.bracone.com/fr

Artiste plasticien, JérémY Bracone se sert des nouvelles technologies médicales pour révéler l'invisible, mettant en lumière une série de pièces empruntées au monde végétal mais également à l'Homme à travers un travail de rétinographie.



En passant par la Lorraine - La faune des plaines

23, 24, 26, 27, 30, 31 décembre

2013 et 2 et 3 janvier 2014 - 10h15

Museum-Aquarium Rue Ste Catherine 54000 NANCY

Pour les enfants de 7 à 11 ans - 2€

Sur inscription au 03.83.32.99.97

ou departement-public-MAN@grand-nancy.org

Où que l'on soit, la Lorraine regorge d'animaux plus surprenants les uns que les autres. Les enfants profitent de leurs vacances pour partir à leur rencontre.



De la tortunosauare au calamar des forêts : les animaux de demain

19 décembre 2013 - 18h30
Museum-Aquarium Rue Ste Catherine 54000 NANCY

Intervenants : Dr. Jean-Sébastien STEYER, paléontologue au Muséum National d'Histoire Naturelle de Paris & Marc BOULAY, sculpteur-modeleur.

Pour adultes et adolescents (à partir de 12 ans)

À quoi ressemblera notre Terre

dans 10 millions d'années ? Quels pourront être ses habitants ? L'étude des espèces du passé révèle que la nature, dans un perpétuel voyage vers le futur, n'est pas au terme de ses surprenantes potentialités d'évolution. Une aventure entre science et fiction pour tous les passionnés de créatures fantastiques qui ne craignent pas de se mesurer à des amphibiens géants ou de terribles oiseaux prédateurs.



C'est quoi ce truc derrière toi?... des animaux à queue

5 janvier 2014 - 10h15 et 11h15 - Durée : 30 minutes
Museum-Aquarium Rue Ste Catherine 54000 NANCY

Pour les enfants de 3 à 6 ans - 2€

Sur inscription au 03.83.32.99.97

ou departement-public-MAN@grand-nancy.org

À quoi ressemblera notre Terre dans 10 millions d'années ? Quels pourront être ses habitants ? L'étude des espèces du passé révèle que la nature, dans un perpétuel voyage vers

le futur, n'est pas au terme de ses surprenantes potentialités d'évolution. Une aventure entre science et fiction pour tous les passionnés de créatures fantastiques qui ne craignent pas de se mesurer à des amphibiens géants ou de terribles oiseaux prédateurs.

Atopia

5 janvier 2014 - 10h15 et 11h15 - Durée : 30 minutes
Museum-Aquarium Rue Ste Catherine 54000 NANCY
Galerie de zoologie, galeries d'aquarium et galerie de l'Astrolabe

Exposition accessible dès 7 ans
<http://juliettefontaine.com>

« Atopia » est une exposition personnelle de l'artiste contemporaine, Juliette Fontaine au sein des collections du Muséum-Aquarium de Nancy. Son travail plastique (dessin, vidéo, arts numériques, son, écriture, performance) interroge les notions d'hybridation et de montage, en s'inspirant principalement de représentations du vivant. Il questionne notamment le regard de l'homme sur l'animal, ainsi que la singularité et la fragilité de leur côtoiement.

Pompes Funèbres - Marbrerie

ROC-ECLERC

Le logo repère du funéraire !!!

Nancy - Vandoeuvre - Saint Max - Toul - Frouard - Pont à Mousson
 Lunéville - Dombasle - Baccarat - Neuves Maisons

24h / 24 - Tél : 03 83 55 55 55



Belle et Sébastien

Sortie : 18/12/13 - Film Français - Famille **Réalisé par :** Nicolas Vanier **Avec :** Félix Bossuet, Tchéky Karyo, Margaux Chatelier

Synopsis : Ça se passe là-haut, dans les Alpes. Ça se passe là où la neige est immaculée, là où les chamois courent les marmottes, là où les sommets tutoient les nuages. Ça se passe dans un village paisible jusqu'à l'arrivée des Allemands. C'est la rencontre

d'un enfant solitaire et d'un chien sauvage. C'est l'histoire de Sébastien qui apprivoise Belle. C'est l'aventure d'une amitié indéfectible. C'est le récit extraordinaire d'un enfant débrouillard et attendrissant au coeur de la Seconde Guerre mondiale. C'est l'odyssée d'un petit garçon à la recherche de sa mère, d'un vieil homme à la recherche de son passé, d'un résistant à la recherche de l'amour, d'une jeune femme en quête d'aventures, d'un lieutenant allemand à la recherche du pardon. C'est la vie de Belle et Sébastien...

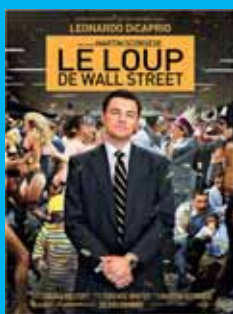


Albatros, Corsaire de l'Espace

Sortie : 25/12/13 - Film Japonais - Animation, Aventure, Science fiction **Réalisé par :** Shinji Aramaki **Avec :** Shun Oguri, Haruma Miura, Yû Aoi

Synopsis : 2977. Albatros, capitaine du vaisseau Arcadia, est un corsaire de l'espace. Il est condamné à mort, mais reste insaisissable. Le jeune Yama, envoyé pour l'assassiner, s'infiltré dans l'Arcadia, alors

qu'Albatros décide d'entrer en guerre contre la Coalition Gaia afin de défendre sa planète d'origine, la Terre.



Le Loup de Wall Street

Sortie : 25/12/13 - Film Américain - Biopic, Drame, Policier **Réalisé par :** Martin Scorsese **Avec :** Leonardo DiCaprio, Jonah Hill, Margot Robbie

Synopsis : L'argent. Le pouvoir. Les femmes. La drogue. Les tentations étaient là, à portée de main, et les autorités n'avaient aucune prise. Aux yeux de Jordan et de sa meute, la modestie était devenue complètement inutile. Trop n'était jamais assez...



Nymphomaniac - Volume 1

Sortie : 01/01/14 - Film Danois, allemand, français, belge - Erotique, Drame **Réalisé par :** Lars von Trier **Avec :** Charlotte Gainsbourg, Stellan Skarsgård, Stacy Martin

Synopsis : La folle et poétique histoire du parcours érotique d'une femme, de sa naissance jusqu'à l'âge de 50 ans, racontée par le personnage principal, Joe, qui s'est auto-diagnostiquée nymphomane. Par une froide

soirée d'hiver, le vieux et charmant célibataire Seligman découvre Joe dans une ruelle, rouée de coups. Après l'avoir ramenée chez lui, il soigne ses blessures et l'interroge sur sa vie. Seligman écoute intensément Joe lui raconter en huit chapitres successifs le récit de sa vie aux multiples ramifications et facettes, riche en associations et en incidents de parcours.

JEU-CONCOURS
En partenariat avec l'UGC Ciné Cité Ludres

30 PLACES* À GAGNER
pour «Jack et la mécanique du cœur»
le Dimanche 29 Décembre
à 11h00 à Ludres



OÙ EST HERCULE ?

Ouvrez l'œil, il peut être caché n'importe où. Article, photo, pub, aucune cachette ne lui échappe et ne lui est interdite !



Jouez sur lorrainemag.com

*soit 15 places pour 2 personnes
Les gagnants seront sélectionnés parmi les bonnes réponses et avertis par email.

RESTAURANT



Le Petit Comptoir
Cuisine de terroir revisitée

A deux pas du château de Lunéville, le Petit comptoir vous propose une cuisine généreuse et délicate dans une ambiance conviviale. Quelques spécialités : pain perdu d'escargots à l'ail des ours, suprême de pintade écume de cameline, petit Lorrain. Salles pour séminaires et groupes. Parking privé avec l'hôtel Les Pages. Fermé samedi midi et dimanche soir.

5, Quai Petits-Bosquets 54300 Lunéville
03 83 73 14 55 • www.hotel-les-pages.fr

Bélier (du 21 mars au 20 avril)

Amour: Vous établirez un climat douillet dans votre foyer et votre partenaire admirera votre aptitude à régler habilement de délicats problèmes familiaux.
Travail-Argent: Vous aurez de bonnes opportunités à saisir dans le domaine professionnel et financier. Tout se présentera dans de bonnes conditions.
Santé: Vous déborderez d'entrain, de gaieté et d'optimisme.



Taureau (du 21 avril au 20 mai)

Amour: Vous ne serez guère sur la même longueur d'onde que votre partenaire. Mais vous devez prendre, ensemble, des décisions concernant votre vie familiale.
Travail-Argent: Vous aurez l'occasion de prouver votre efficacité et détermination sur le terrain. Exploitez à fond cette opportunité.
Santé: Vous avez enfin décidé de manger des fruits. Excellent pour la forme.



Gémeaux (du 21 mai au 21 juin)

Amour: Profitez du week-end pour discuter longuement de certains problèmes familiaux qui vous opposent à votre partenaire.
Travail-Argent: Vous pourrez vous organiser comme vous le souhaitez au lieu de subir des pressions extérieures. Pas étonnant que vous vous sentiez libéré d'un grand poids. Dans le domaine matériel, vous effectuez de fructueuses transactions.
Santé: Tonus



Cancer (du 22 juin au 23 juillet)

Amour: Vous avez fait de doux rêves mais la réalité n'est pas aussi rose que vous le pensiez. Ne désespérez pas.
Travail-Argent: Vous suivez vos impulsions sans demander conseil. Cette attitude insouciance pourrait vous causer quelques ennuis.
Santé: Vous risquez de finir la semaine épuisé. Ménagez-vous.



Lion (du 24 juillet au 23 août)

Amour: Vie à deux presque idéale ! Vous engagerez un dialogue serein et effectuerez des ajustements nécessaires pour favoriser la stabilité de votre couple.
Travail-Argent: Des opportunités vont bientôt se présenter. Inutile, donc, de prendre des décisions hâtives et prématurées.
Santé: Il n'y aura rien de grave à redouter.



Vierge (du 24 août au 23 septembre)

Amour: Vous avez envie de vous retrouver seul et vous délaissez vos amis de plus en plus. Attention, l'amitié est un lien précieux qu'il faut savoir conserver.
Travail-Argent: Un choix se profile pour vous à l'horizon. Mais vos désirs ne sont pas très clairs et vous n'osez pas faire le grand saut.
Santé: Une parfaite résistance à la fatigue.



Balance (du 24 septembre au 23 octobre)

Amour: Vous éprouverez une irrésistible attirance physique pour une personne. Mais vous ne tarderez pas à vous découvrir aussi de nombreuses affinités.
Travail-Argent: Vous aurez intérêt à rester vigilant et à surveiller de près ce qui se passe dans le domaine financier.
Santé: Prudence au volant.



Scorpion (du 24 octobre au 22 novembre)

Amour: Une semaine qui devrait être propice aux rencontres amicales ou amoureuses, tout est possible.
Travail-Argent: Le hasard pourrait devenir votre meilleur allié. Ne négligez pas les retombées possibles et soyez à l'affût des occasions intéressantes.
Santé: Vous avez de l'énergie à revendre et vous dégagez un charme irrésistible.



Sagittaire (du 23 novembre au 21 décembre)

Amour: Priorité à l'harmonie ! Vous ne ménagerez pas vos efforts pour éviter les tensions et faire souffler un bel esprit de famille dans votre foyer.
Travail-Argent: Vous vous montrerez très efficace, surtout si vous exercez un métier indépendant. En effet, le travail en équipe vous posera quelques problèmes.
Santé: Quel tonus ! Faites quelques exercices sportifs et ce dès le matin.



Capricorne (du 22 décembre au 20 janvier)

Amour: Les liens sentimentaux sont épanouis grâce à une communication idyllique. Mais les relations en famille pourraient poser problème.
Travail-Argent: L'expansion est présente, mais rien ne sera facile. Le climat professionnel est toujours propice aux malentendus, attention aux paroles imprudentes.
Santé: Détente et grand bol d'air sont conseillés.



Verseau (du 21 janvier au 19 février)

Amour: Une semaine contrastée avec risque de climat déplaisant en famille, pour les natifs du début du signe. Pour les autres, la complicité avec le partenaire primera.
Travail-Argent: Vous pourriez trouver un environnement favorable pour mener à bien les tâches qui vous incombent. Vous pourrez en tirer certains avantages.
Santé: Votre estomac sera capricieux.



Poissons (du 20 février au 20 mars)

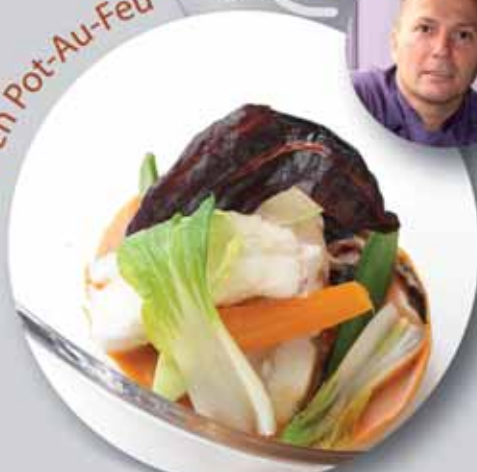
Amour: Vous pleurnichez, vous vous plaignez de votre sort. Faites un effort d'objectivité et vous verrez que tout n'est pas si noir, au contraire.
Travail-Argent: Vous saurez caresser vos interlocuteurs dans le sens du poil et vous doserez justement vos effets. Ce seront de précieux atouts.
Santé: Prenez le temps de faire enfin quelque chose pour vous.



Le Capu

par Hervé Fourrière

Homard en Pot-Au-Feu



Recette pour 4 personnes

Homard

2 homards
 (~800 g pièce)
 q.s. gros sel

Légumes à Pot-Au-Feu

50 g pois gourmands
 50 g carotte
 50 g pak choi
 50 g blanc de poireaux
 50 g oignons cébette (oignon frais)
 50 g fèves
 50 g poivrons rouge

Bisque de Homard

q.s. carcasses des 2 homards
 15 g huile d'olive
 20 g échalotes
 30 g carotte
 1 bouquet garni
 1/2 piment "chile pasilla" facultatif
 30 g cognac
 100 g vin blanc
 3/4 l fumet de poisson
 15 g concentré de tomate

Homard

Cuire les pinces et queues des homards dans un grand volume d'eau salée pendant environ 4 minutes. Décortiquer, réserver au frais. Les têtes et le restant des carapaces (crués) seront utilisées pour réaliser une bisque.

Bisque de Homard

Concasser les carcasses de homards avant de les faire suer dans un peu d'huile d'olive. Ajouter la garniture aromatique (carotte, échalote, bouquet garni, chile pasilla), prolonger la cuisson pendant 5 minutes. Flamber au cognac, déglacer au vin blanc, réduire de moitié, mouiller avec le fumet de poisson. Ajouter le concentré de tomate, cuire au frémissant pendant 40 minutes. Mixer, chinoiser, rectifier l'assaisonnement.

Chile pasilla: piment sec, d'Amérique du Sud, aux saveurs fumées

Pot-Au-Feu

Cuire chaque légume (croquant) dans un grand volume d'eau fortement salée. Refroidir sur glace.

Au dernier moment

Tiédir les morceaux de homard dans la bisque. Pendant ce temps, réchauffer les légumes au four vapeur. Dresser harmonieusement, déguster aussitôt.

Le Capu

Ouvert
sans interruption
du mardi au samedi
de 9h30 à 19h30
Lundi de 14h à 19h

**Accueil
chaleureux
Conseil**

RAYON BIO

OFFRE DÉCOUVERTE
-10%*
SUR TOUT LE MAGASIN

4500 RÉFÉRENCES à LAXOU

*Emmanuelle, Alexandre et
toute l'équipe du magasin,
sont à votre écoute pour
vous conseiller*

Bio monde
Bio par conviction,
authentique par nature

**être responsable
sur une démarche
de proximité**

**BESOIN D'UN CADEAU ?
PENSEZ RAYON BIO**

**TOUTE L'ÉQUIPE RAYON BIO
VOUS SOUHAITE DE JOYEUSES FÊTES**



RAYON BIO
ACCÉPTE
LES TITRES
RESTAURANT



45, Av. de la Libération
54520 LAXOU
Tél. 03 83 41 48 69
Fax 03 83 40 33 27
www.rayonbio.com



**RAYON BIO vous propose
une carte de fidélité, demandez la !**

INTELLI **Link** <    



NOUVELLE INSIGNIA

**CONNECTÉE À CE QUI COMPTE
POUR VOUS.**

Découvrez une connectivité incomparable avec IntelliLink.
Et nos motorisations les plus efficaces : 98 g CO₂/km.

Opel Insignia, à partir de 25 550 €*.

opel.fr



Wir leben Autos.

Mény
La passion de l'automobile

MENY LAXOU - 7/9 avenue de la Résistance - 03 83 98 00 55
MENY PULNOY - 40 avenue Charles de Gaulle - 03 83 39 06 40

Wir leben Autos : Nous vivons l'Automobile. *Prix catalogue de l'Insignia 5p Edition 1,4 Turbo 140 ch, tarif au 02/12/13. Modèle présenté : Insignia Sports Tourer Cosmo Pack 2.0 CDTI ecoFLEX Start/Stop 140 ch avec options au prix conseillé de **37 190 €**. Conso mixte gamme Insignia (l/100km) : 3,7/11,0 et CO₂ (g/km) : 98/259.