



Les larges baies vitrées du Mirazur offrent une vue plongeante sur la baie de Menton, ouverte sur la Méditerranée.

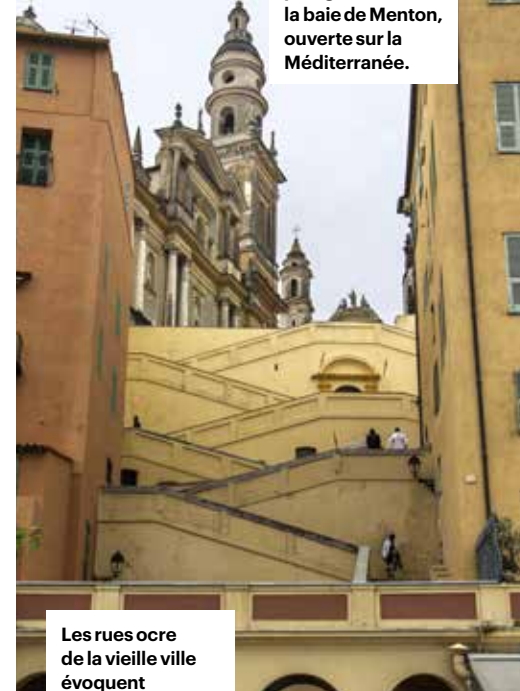
Mauro Colagreco La dolce vita à Menton

Entre terroir méditerranéen, produits italiens et notes argentines, le chef du Mirazur conjugue fraîcheur et élégance.

PAR HÉLÈNE HURET PHOTOS FRANCO ZECCHIN ENVOYÉS SPÉCIAUX À MENTON

C'est à Menton, la plus italienne des villes françaises, que Mauro Colagreco s'est installé il y a huit ans. Ce chef, né en Argentine en 1976, y cisele une cuisine poétique qui invite au voyage et met en valeur les produits locaux. Au Mirazur, l'aubergine se déguste avec une sauce *mole*, préparation pimentée mexicaine, et le mérou repose dans un bouillon de pommes de terre aux pousses de cactus. « Ici, il y a la mer, la montagne, la France et l'Italie ! » annonce le chef, qui fait son marché des deux côtés de la frontière. A Vintimille, il se

fournit en *puntarelle* (pousses de chicorée), en *cime* (brocolis sauvages) et en courgettes trompettes, des produits qu'on ne trouve qu'en Italie. A Menton, Mauro travaille avec Lionel, l'un des derniers pêcheurs du port. « Tous les jours, sa femme m'appelle pour me dire ce qu'il a pris. Ensuite, on s'adapte en cuisine. » Derrière sa maison, le chef cultive lui-même un potager qui fournit près d'un tiers des légumes du restaurant : « Des tomates, des courgettes, mais aussi huit variétés de pommes de terre et quinze de maïs, Amérique du Sud oblige ! » De jolis voyages en perspective. ●



Les rues ocre de la vieille ville évoquent irrésistiblement l'Italie voisine.



Chaque matin, vers 10 heures, Lionel, le pêcheur attiré de Mauro à Menton, rentre au port et vend corbs, sargues et espadons.

Dans le jardin de son restaurant, Mauro Colagreco ramasse les derniers citrons de la saison, symboles de Menton.





Vu du port, le vieux Menton affiche ses couleurs du Sud.

PÊCHES RÔTIES À LA VERVEINE

Pour 4 personnes

→ Lavez 4 pêches blanches, coupez-les en deux sans les peler et retirez les noyaux.
 → Dans un sautoir, faites fondre 60 g de beurre, puis ajoutez 40 g de sucre et 16 feuilles de verveine. Déposez les pêches côté chair pour les faire colorer 5 minutes, retournez-les et arrosez-les de jus. → Dans une assiette creuse, déposez 2 moitiés de pêche et quelques feuilles de verveine. Versez du jus de cuisson et déposez une boule de **glace au yaourt**.
 → Ajoutez quelques **pignons de pin**. Servez.



Dans son potager, Mauro fait pousser des fleurs de capucine à la saveur piquante.

CARPACCIO DE GAMBERONI À LA CERISE

Pour 4 personnes

→ Décortiquez 500 g de **gamberoni de San Remo** (ou 500 g de crevettes crues), taillez-les très finement, en carpaccio, et réservez-les au frais. → Coupez 12 cerises en quatre. → Dans un bol, mélangez le jus d'1 citron avec une pincée de **fleur de sel**, 10 cl d'**huile d'olive**, 10 g de **gingembre haché**, 1 **échalote** finement ciselée et les zestes du citron. → Disposez le carpaccio de gamberoni sur une assiette plate, versez la sauce. → Ajoutez les quartiers de cerise, quelques **feuilles de basilic** et des **fleurs de coriandre**. Servez.



Mauro propose quatre pains, dont un extraordinaire pain noir au charbon de bois comestible et à l'anis étoilé.



Mauro Calogreco, qui enrichit sa cuisine au gré de ses voyages, dit avoir « progressé sur les textures » après ses séjours en Chine.



RAGOÛT DE PETITS POIS

Pour 4 personnes

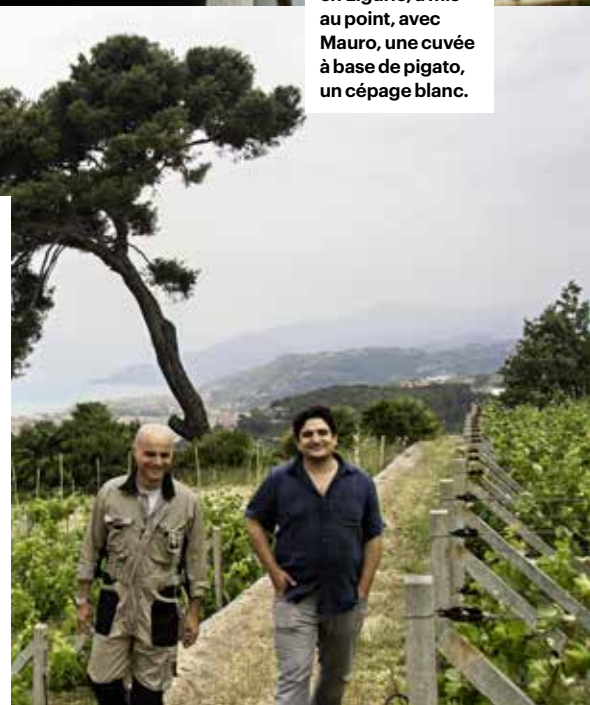
→ Dans une casserole, faites fondre 40 g de **beurre** et ajoutez 1 **demi-échalote**.
 → Incorporez 160 g de **petits pois décortiqués**, 80 g de **mini-courgettes** en tranches et 1 **oignon frais cébette**, laissez cuire 30 secondes. → Versez un peu d'eau pour recouvrir les légumes, puis laissez cuire 1 minute en remuant. → Versez dans un bol les légumes et la sauce, ajoutez des **fleurs de coriandre**. Servez.



Aris Blancardi, du domaine Selvadolce, en Ligurie, a mis au point, avec Mauro, une cuvée à base de pigato, un cépage blanc.



A Vintimille, le chef se procure courgettes trompettes (à g.), cime (brocolis sauvages, à dr.) et puntarelle (pousses de chicorée).





10 étapes sur la Côte d'Azur

Riche de ses influences italiennes et d'un microclimat exceptionnel, la « perle de la France » offre un dépaysement sans pareil. PAR JULIEN VITRY



1 | JARDIN DU VAL RAHMEH | NATURE
Cactus, avocats, nénuphars géants et plantes tropicales composent ce jardin botanique géré par le Muséum national d'Histoire naturelle.
> www.mnhn.fr/fr/visitez/lieux/jardin-botanique-exotique-menton



2 | BASILIQUE SAINT-MICHEL-ARCHANGE | ARCHITECTURE
Tel un phare majestueux veillant sur la baie de Menton, ce chef-d'œuvre du baroque renferme des fresques à la gloire de saint Michel, des colonnes monumentales et un orgue splendide.



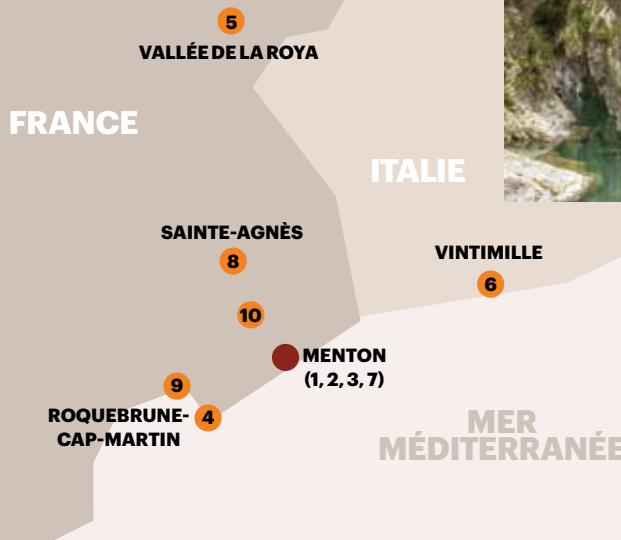
3 | MUSÉE JEAN-COCTEAU | ART
Ouvert en 2011, ce musée est consacré à l'artiste Jean Cocteau (1889-1963), qui entretenait une relation privilégiée avec Menton.
> www.museecocteaumenton.fr



4 | CAP MARTIN | PANORAMA
Parsemé de somptueuses villas dissimulées sous les pins, le Cap Martin est bordé d'un chemin côtier qui serpente entre les rochers. L'une des plus belles vues sur Menton au soleil couchant.



10 | SERRE DE LA MADONE | JARDIN MÉDITERRANÉEN
Des essences rares, un bassin mauresque, des fontaines, des belvédères... Ce jardin est un concentré de nature.
> www.serredelamadone.com



5 | VALLÉE DE LA ROYA | SPORT
Rendez-vous des amateurs de canoë et de canyoning, la Roya est un fleuve côtier longé d'adorables villages hors du temps, tel Saorge.



6 | VINTIMILLE | MARCHÉ
De l'autre côté de la frontière, Vintimille attire les foules à l'occasion de son grand marché du vendredi, où les prix défient toute concurrence.



9 | PLAGE DU BUSE | BAIGNADE
En contrebas du vieux village de Roquebrune-Cap-Martin se niche la plage du Buse, un paradis de tranquillité à l'eau cristalline.



8 | SAINTE-AGNÈS | RANDONNÉE
Perché à 800 mètres, Sainte-Agnès est le plus haut village côtier d'Europe. Plusieurs sentiers partent de ce bijou médiéval.

7 | VIEUX MENTON | PATRIMOINE
Lacis de ruelles en pente, petites églises et palais aux dégrados orangés: dans la vieille ville, tout rappelle l'Italie.



RETROUVEZ ADRESSES ET CONTACTS SUR NOTRE SITE www.leparisien.fr



SUR LA ROUTE DES VACANCES AVEC RTL

DU 7 JUILLET AU 23 AOÛT, L'ÉTÉ MADE IN FRANCE

Jean-Sébastien Petitdemange et Sophie Massieu à la découverte des plus belles régions de France

Du lundi au vendredi de 15h à 16h

Le samedi de 13h30 à 15h - Les meilleurs moments -

Le Parisien MAGAZINE

Aujourd'hui MAGAZINE

RTL

LA SEMAINE PROCHAINE
SAINT-ÉMILION