

SA
URS
NE
NDE 26
7
28
NT
30-31

LA CUISINE
DES CHEFS

THIERRY DARAIZE
Collaboration spéciale



L'INVITÉ DU MOIS
Helena Loureiro

Enfin l'été, le barbecue, les grillades, les vins blancs et rosés bien frais et quelques recettes simples et conviviales pour partir la saison. C'est ce que nous propose la chef Helena Loureiro, copropriétaire des restaurants Portus Calle et Helena. Ces plats de son pays natal, le Portugal, nous font découvrir toutes les saveurs évoquant les côtes maritimes de ce pays ensoleillé.

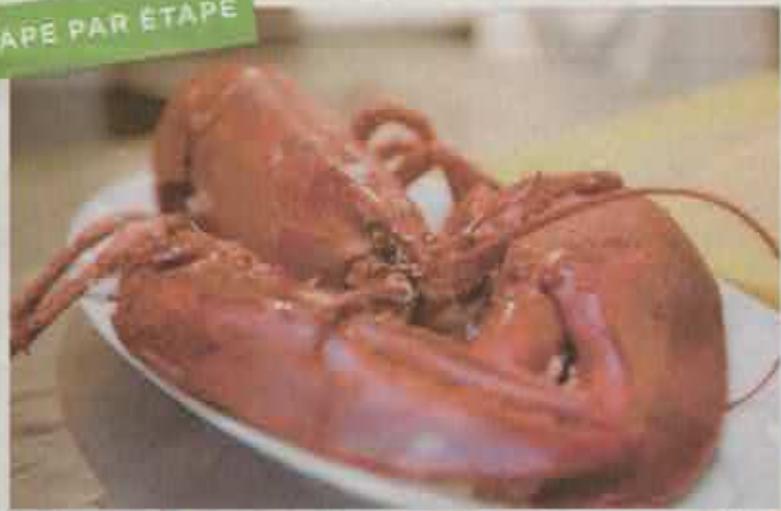
Originnaire d'un petit village situé près de Fatima, dans la zone centrale du Portugal, Helena Loureiro développe très tôt sa passion pour la cuisine. Elle étudie donc à l'Institut d'hôtellerie de Lisbonne et travaille dans divers restaurants portugais de sa région natale et aussi de la région de Nazaré, très connue pour ses fruits de mer et ses poissons

frais. Mais le goût de l'aventure l'amène à Montréal où elle s'inscrit à l'Institut de Tourisme et d'Hôtellerie du Québec pour compléter sa formation.

Elle travaille dans différents établissements de la métropole, pour finalement faire le grand saut en devenant propriétaire, il y a dix ans, d'un premier restaurant qu'elle nomme affectueusement « Portus Calle » qui signifie Portugal. Rapidement, elle s'entoure d'une équipe compétente, dont deux membres deviennent ses associés, Dinis Siara et David Banos, avec qui elle partage toujours sa grande passion pour la restauration. Un deuxième établissement situé dans le Vieux-Montréal, Helena, a vu le jour, il y a exactement un an.

Pour célébrer la cuisine portugaise et le début de l'été, la chef Helena propose deux recettes coup de cœur à base de fruits de mer.

ÉTAPE PAR ÉTAPE



uration
n
ane
ain



de