



# sommaire



<b>Comment utiliser ce guide</b>	4
<b>Mot de l'auteur</b>	7
<b>Appréciation des restaurants</b>	8
<b>Mes agréables surprises du moment</b>	10
<b>Mes déceptions gourmandes du moment</b>	12
<b>Pour vous aider à choisir</b>	14

---

## **110 restaurants choisis pour vous** 21

<i>Cuisine actuelle</i> .....	22	<i>Cuisines portugaise</i>	
<i>Cuisine française</i> .....	54	<i>et espagnole</i> .....	110
<i>Cuisine québécoise</i>		<i>Cuisine chinoise</i> .....	118
<i>et curiosités montréalaises</i> .....	83	<i>Cuisine japonaise</i> .....	123
<i>Cuisine italienne</i> .....	100	<i>Autres cuisines internationales</i> ..	130

---

## **52 découvertes gourmandes** 141


<i>Alcools</i> .....	142	<i>Fromageries</i> .....	156
<i>Articles de cuisine</i> .....	143	<i>Fruiteries</i> .....	157
<i>Boucheries et poissonneries</i> .....	144	<i>Glacier</i> .....	158
<i>Boulangeries et pâtisseries</i> .....	145	<i>Maison de thé</i> .....	158
<i>Cabane à sucre</i> .....	150	<i>Traiteurs</i> .....	159
<i>Chocolateries</i> .....	150	<i>Pour découvrir la génération</i>	
<i>Crêpes et sandwiches</i> .....	151	<i>montante des chefs</i> .....	160
<i>Épiceries et marchés</i> .....	152		

---

## **10 recettes pour se faire plaisir** 161

---

## **10 vins pour se faire plaisir** 172



<b>... et pour s'y retrouver (cahier de cartes)</b>	175
<b>Index des restaurants</b>	189
<b>Index des découvertes gourmandes</b>	191