

Le temps d'une rencontre avec François Bergerault, partenaire de l'atelier «Pause cuisine» à la Foire de Paris

Co-fondateur de l'Atelier des Chefs, François Bergerault rend accessible au plus grand nombre le plaisir de cuisiner: ses ateliers culinaires labellisés remportent un franc succès en France comme dans le monde entier... et maintenant à la Foire de Paris !



Pouvez-vous nous expliquer en quoi consiste l'animation « Pause cuisine » ?

Tous les jours, de 11h à 19h et même jusqu'à 21h lors des cinq nocturnes - les visiteurs de la Foire de Paris peuvent participer par groupes de 8 personnes à des cours de cuisine d'une durée de 45 minutes. L'Atelier des Chefs en assurera l'animation avec l'équipe du site '750 grammes', Benoît Molin et des blogueurs parce que l'enrichissement de la cuisine française vient de ce partage entre les professionnels et les passionnés.

Qu'est-ce qui vous a déterminé à animer cet atelier ?

Cette année le thème de la Foire de Paris est la 'Slow attitude'. C'est en totale adéquation avec la philosophie de vie qui nous pousse à cuisiner. En France, on aime encore prendre le temps de cuisiner en famille, entre amis ou même seul pour partager un repas. C'est un des fondements de notre culture.

Les recettes présentées s'inspireraient-elles des terroirs de nos régions ?

Chaque jour une région différente sera à l'honneur. La France possède une mine d'or de recettes traditionnelles que l'on peut décliner et réinventer à l'infini. Le premier jour on commencera par le Sud Ouest puis ce sera la Provence, les Dom Tom, la Normandie, l'Est... avec des produits sélectionnés pour garantir les meilleures qualités gustatives et nutritives.

Y a-t-il une thématique commune aux différents rendez-vous de « Pause cuisine » ?

Oui ! Il s'agit de rendre la cuisine traditionnelle française accessible à tous et de montrer qu'avec une pincée de modernité, elle peut être mise au goût du jour et nous surprendre, sans perdre sa saveur ni son authenticité. Le boeuf bourgignon, par exemple, n'a plus besoin d'être cuit des heures pour être exceptionnel !

Grâce à cette expérience culinaire, qu'est-ce que le visiteur pourra ramener chez lui ?

L'envie de prendre le temps de cuisiner ! Non seulement cela procure du plaisir mais aussi cela améliore la santé. Lorsqu'on est devant ses fourneaux, on met tous ses sens en éveil. Et puis on est tenté d'essayer des recettes variées pour son propre plaisir mais aussi pour celui des autres. En ce qui concerne le régime alimentaire, le simple fait de cuisiner permet de doser le gras, le sel, le sucre... d'où l'importance de consommer le moins possible de plats déjà cuisinés.

Propos recueillis par Marion Grizbec

Retrouvez
le programme
des ateliers
Pause cuisine sur
foiredeparis.fr
(Pavillon 7.3)



Nouveaux horaires :
Soirées 'Atters' le 29 avril
et les 3, 4 et 5 mai jusqu'à
21h et Nuit de la Foire le
vendredi 6 mai jusqu'à 23h.



830h en vente : magasins Fnac, Carrefour, Géant, Magasin U, Intermarché, Virgin Megastore, Auchan, E.Leclerc, Cora, Cultura, Librairie Chaplin, Bureaux de Poste... ou 0 892 207 207 (0,34 cts € TTC / min) et sur foiredeparis.fr, facebook.fr et twitter.com

