



Cuisine à quatre

Les ateliers de cuisine, ça n'est pas que pour les grands ! Désormais, ils ouvrent leurs portes aux plus jeunes. Accompagnés d'un parent et surtout d'un grand-parent, les petits chefs en herbe découvrent des ingrédients et des saveurs nouvelles.



Les enfants s'intéressent de plus en plus à la cuisine. Jules (5 ans) demande souvent à Marie, sa grand-mère quel légume elle est en train d'éplucher ou ce qu'elle va préparer lorsqu'elle sort tous ses instruments de cuisine. Comme il a l'habitude de faire des gâteaux avec sa maman, il veut souvent l'aider. Mike (3 ans) est plutôt entreprenant. Il ouvre tous les placards, attrape louches et plats et crie dans les oreilles de Marie pour qu'elle lui donne quelque chose à faire. Les enfants adorent manger ce qu'ils réalisent. Lorsque Marie dit qu'elle va préparer le repas, Jules propose son choix de plats. Parfois, sa mamic l'écoute et souvent elle rééquilibre le menu. Quoique très intéressés, Mike est un peu jeune pour suivre un cours alors que Jules s'est révélé tout

à fait apte à accompagner sa grand-mère à l'école de cuisine ! Pour ce grand rendez-vous gourmand, celle-ci a choisi l'Atelier des chefs. Aujourd'hui leur professeur est Pierre-Mathieu Moulard qui a travaillé avec les plus grands chefs français : Anne-Sophie Pic, Paul Bocuse, Éric Briffard...

Des élèves de 5 à 85 ans

Effet des émissions culinaires à la télévision ou tout simplement envie d'initier la nouvelle génération à la cuisine en partageant un moment de bonheur ? Les amateurs de cuisine qui participent en famille à de tels cours sont toujours plus nombreux. À Paris et en province, plusieurs ateliers proposent de réunir les générations autour de la confection d'un menu. Par petit groupe, ils apprennent à réaliser des recettes salées et sucrées. Des simples cours de pâtisserie en passant



maines

POUR EN SAVOIR PLUS
www.atelierdeschefs.com et www.cercleculinaire.com

par les démonstrations de grands chefs, il n'y a que l'embarras du choix. Pour sa part, Pierre-Matthieu Moulard constate un réel engouement pour l'art culinaire aussi bien venant des grands-parents que des petits-enfants. Pour lui, il n'y a rien d'exceptionnel à accueillir au même cours Marie et Jules, malgré leurs 50 ans d'écart. La grand-mère profite de vacances ou de mercredis, lorsqu'elle a l'enfant en charge pour lui proposer cette activité ludique, intéressante et y participer elle-même. La présence d'un petit garçon n'étonne en rien le chef qui constate que les filles sont à peine plus nombreuses, environ 60 % pour 40 % de garçons. Les enfants sont acceptés à partir de 5 ans. Il n'y a pas de limite d'âge pour les adultes. Selon la formule, les cours sont plus ou moins longs : une demi-heure pour cuisiner un plat ; une heure pour réaliser un plat



et un dessert ; une heure et demie pour un menu entier. D'après le chef, il n'est pas rare aussi que ce soit les enfants qui invitent leurs grands-parents. Certains viennent ici pour organiser un anniversaire au cœur d'un atelier de cuisine. Ceux-ci proposent pour ce jour particulier que votre petit vienne accompagné de neuf de ses amis. C'est vous qui choisissez le menu que les enfants réalisent en atelier en compagnie d'un chef. La cuisine ne s'apprend pas en un seul cours. Les petits y prennent souvent goût et ont envie de découvrir de nouvelles recettes. En route pour de nouveaux instants culinaires!

Selon les formules, les plats sont dégustés sur place après leur réalisation ou sont emportés et partagés en famille. Pour des cours d'une heure et demie, la session petits-enfants et grands-parents est facturée 50 euros environ.

Ah, les desserts !

Parmi les élèves, les uns connaissent simplement les bases, d'autres ont tout à apprendre et certains sont déjà experts en la matière. Pour beaucoup, c'est l'occasion de cuisiner des ingrédients rarement employés et de réaliser des recettes plus originales, de sortir des traditionnels pâtes, purée, jambon... Les enfants, qui sont plus orientés sur le sucré ou les féculents, rivalisent avec les plats fétiches des grands-parents qui restent traditionnels, des grands classiques tels que le bœuf bourguignon, la blanquette de veau... Autre phénomène : la redécouverte partagée des légumes racines tels que le panais, le topinambour, le rutabaga... oubliés ces dernières années. Mais ce sont quand même les ateliers de pâtisserie qui ont le plus la cote. Pierre-Matthieu Moulard confirme que toutes les générations se retrouvent sur les desserts (mousse au chocolat, crème au caramel, tartes aux fruits...).

« Faut-il assaisonner un poisson avant ou après sa cuisson ? Faut-il mettre du sel sur les blancs d'œufs pour les battre en neige ? Quel est le meilleur chocolat pour faire un gâteau ? » Les questions fusent autour des fourneaux. Au menu du jour : papillotes de cabillaud sauce soja, des nems de légumes auxquels s'ajoute une tarte flambée. Miam !

De quoi susciter des vocations de grand chef ? « Pour les enfants, j'espère y contribuer. Certains sont vraiment doués, même s'il est trop tôt pour savoir s'ils deviendront des cuisiniers professionnels », affirme Pierre-Matthieu Moulard. Et le chef de sourire :

« Une fois, un papy et une mamie sont venus ensemble accompagner leur petite tête blonde. Lui n'avait jamais cuisiné de toute sa vie et ne touchait que très rarement à un couteau. Grâce aux cours, il y a pris goût. Ça a éveillé quelque chose en lui et aujourd'hui, c'est lui qui cuisine à la maison... au grand bonheur de sa compagne et sous les ricanements de son petit-fils ! » ■

Par Jean-Baptiste Lussac



Éclairs de génie

Les angelots n'ont pas eu assez de Pâques et réclament une dose supplémentaire de chocolat ? Qu'à cela ne tienne ! L'atelier des Chefs a concocté pour eux, une recette pour six gourmands à reproduire absolument.

RECETTE

1 • LA PÂTE À CHOUX

- 20 CL D'EAU • 5 CL DE LAIT DEMI-ÉCRÉMÉ • 1 PINCÉE DE SEL
- 10 G DE SUCRE SEMOULE
- 100 G DE BEURRE DOUX
- 150 G DE FARINE • 5 ŒUFS

Préchauffez le four à th. 7–200 °C. Coupez le beurre en petits morceaux puis mettez-le à bouillir avec le lait, l'eau, le sel et le sucre. Tamisez la farine, ajoutez-la en une fois et remuez vivement. Faites cuire la panade obtenue encore quelques minutes avant de laisser refroidir la préparation. Puis ajoutez les œufs un par un en mélangeant. À l'aide d'une poche à douille, couchez le mélange sur 6 cm de long, dorez-le avec le jaune d'œuf passé au pinceau puis faites cuire pendant vingt minutes.

2 • LA CRÈME PÂTISSIÈRE

- 50 CL DE LAIT DEMI-ÉCRÉMÉ
- 100 G DE SUCRE SEMOULE
- 4 JAUNES D'ŒUF • 60 G DE FARINE DE BLÉ • 30 G DE CACAO EN POUDDRE NON SUCRÉ

Faites bouillir le lait puis battez les œufs avec le sucre pour qu'ils blanchissent. Ajoutez la farine et le cacao. Versez la moitié du lait bouillant sur les œufs, mélangez quelques secondes puis remettez à cuire pendant trois minutes en mélangeant constamment avec le reste de lait chaud, dès reprise de l'ébullition. Versez ensuite sur une plaque munie d'un film alimentaire et faites refroidir rapidement. Lissez la crème pâtissière (à l'aide d'un robot muni d'un fouet) puis garnissez les éclairs grâce à une poche à douille.

3 • LE GLAÇAGE

- 200 G DE CHOCOLAT NOIR
- 10 CL D'HUILE D'ARACHIDE

Faites fondre le chocolat et l'huile au bain-marie puis trempez délicatement les éclairs et laissez-les au réfrigérateur pendant dix minutes.

LE TRUC EN PLUS

Sortez les éclairs du réfrigérateur dix minutes avant la dégustation pour leur donner de la brillance.

