



(pratique)

Le bonheur est aux fourneaux

Il y a des cours de cuisine partout en France, pour tous les goûts et pour tous les budgets, animés par de vrais chefs. À vos tabliers !

Avec la multiplication des émissions culinaires à la télévision se sont développés des cours pratiques et ludiques pour réussir et se perfectionner. Tout le monde aujourd'hui peut prendre des cours de cuisine, quel que soit son niveau, avec souvent deux options possibles : partager le menu en groupe à l'issue du cours ou rapporter son plat à la maison.

culinaires, où le savoir-faire est diffusé au sein des écoles hôtelières (50 € pour quatre heures), mais seulement une fois par mois. Certains centres organisent aussi des sessions pour enfants (20 € pour quatre heures). Dans les Ateliers gourmands, comptez 34 € les deux heures pour réaliser trois recettes. Enfin, pour la chaîne Cook & Go, il faut déboursier entre 29 et 49 €, suivant le type de menu, pour une heure et demie de travail en cuisine.

Les formateurs

La plupart des cours sont animés par de vrais chefs. Fabien Pascal, 32 ans, est cuisinier à Lille et à l'Atelier des chefs depuis six mois : « Les gens veulent des tours de main, des astuces, par exemple comment retravailler un pain pour le rendre plus léger » explique-t-il.

Certains centres préfèrent des formateurs comme Éric Rony, 45 ans, qui officie à l'université populaire : on n'y cuisine pas son propre plat, mais on travaille avec le chef. « Je propose toujours des recettes faciles, nous dit-il, et j'essaie d'étonner avec des associations impossibles, comme le pavé de saumon avec sauce coco et huile de noisette par exemple. »

À l'Atelier gourmand d'Angers, c'est la fondatrice, Claire Leahy, qui dispense elle-même ses astuces autour de recettes familiales. Elle souligne : « Apprendre à concocter un soufflé normand ou un saint-honoré ne relève pas de la haute gastronomie, mais d'un solide savoir-faire. »

Même son de cloche du côté de Cook & Go, qui recrute des jeunes gens bien formés, mais

Les prix

Bonne nouvelle, il existe des cours pour chaque budget. Les moins chers sont dispensés dans les universités populaires : 12 € pour deux heures, à Strasbourg, par exemple. Un prix imbattable, suivi de près par celui des différents Ateliers des chefs (à partir de 17 €). Sinon, le cours d'une heure revient en moyenne à 38 € et passe à 57 € pour le menu complet (une heure et demie) ou à 76 € pour le cours « tradition » : on y apprend à travailler des produits comme la coquille Saint-Jacques ou le macaron.

Autres grosses structures qui concernent l'ensemble du territoire français : les Cercles

Pour qui ?

Les cours rassemblent entre huit et dix personnes, parfois moins. Cela dépend du thème du jour. Et, contrairement aux idées reçues, on trouve beaucoup d'hommes (40%), de véritables gourmets qui rêvent de manier la poche à douille ou de dénervier à la perfection un lobe de foie gras. Le plus souvent, les clients sont fidèles et se retrouvent de semaine en semaine autour d'une nouvelle recette à exécuter : de vrais toqués de cuisine qui côtoient des novices, et la mayonnaise prend ! D'autant que tous les âges sont aux fourneaux : de 25 à plus de 70 ans, sans discrimination.



ATELIER DES CHEFS

TÉMOIGNAGES

“J'ai découvert de nouveaux ingrédients”
France, 63 ans (Angers)

« Je ne voulais plus faire à manger, je voulais... cuisiner. Cela fait deux ans que je prends des cours à l'Atelier gourmand d'Angers. Dorénavant, le poulet, je le cuis au wok. J'ai découvert de nouveaux ingrédients, comme le vinaigre de riz. J'ai appris à ciseler un oignon, ainsi que beaucoup d'autres gestes précis. Je maîtrise la cuisson du quinoa. Pour moi, prof d'anglais à la retraite, il était capital de ne pas rester dans des activités réservées aux retraités. Chaque fois que je vais au cours (une fois par mois), je rencontre des gens différents, de toutes générations. L'autre jour, il y avait huit hommes pour quatre femmes. »

“Je ne savais rien faire”
Aurélien, 31 ans (Lille)

« Lorsque j'ai commencé, je ne savais même pas cuire du riz ni des pâtes ! J'ai entendu parler des cours par le biais de mon CE et ça m'a plu : l'accueil est chaleureux, le chef, pédagogue, m'a donné confiance. J'apprends à parer une viande, à préparer des macarons (pas évident !), et j'ai découvert de nouveaux arômes à utiliser, comme la badiane. Quand je me déplace professionnellement sur Paris, je vais toujours dans un Atelier des chefs pour déjeuner : cela me permet de cuisiner et de déguster un plat délicieux pour 17 €. Vous allez en brasserie, c'est le même prix, mais tellement moins convivial ! »





qui n'ont pas forcément une expérience dans un restaurant étoilé : « Ce n'est pas le but, fait remarquer Nicolas Gaudron, gérant à Nantes. Nous ne recherchons pas une spécificité technique, mais plutôt des recettes simples, originales, dispensées par un chef avenant, animé par l'envie de partager sa passion. »

Les ateliers "vedettes"

« Le cours consacré au foie gras fait toujours recette, année après année, tout comme les apéritifs dinatoires », assure Nicole Ensanyar, chargée du Cercle culinaire de Bellegarde-sur-Valserine, dans l'Ain. Un constat partagé par la plupart des acteurs, qui mettent en avant les plats exotiques (les sushis et makis ont la cote chez les jeunes) ou les spécialités locales.

Ainsi, « La journée Ch'tis » (une fois par mois à l'Atelier des chefs) fait un tabac à Lille ! Mais des avantages fidélisent aussi la clientèle. Chez Cook & Go, des cours sont réservés aux célibataires et, en cumulant des « cooks », on obtient un cadeau ou une remise. À l'Atelier des chefs, c'est le dessert (très élaboré !) qui est offert à celui ou à celle qui suit la leçon de 30 minutes au déjeuner.

Dans la plupart des Centres culinaires (puisque les cours ont lieu à 18 heures), on offre aussi l'apéritif, histoire de se rencontrer avant de se mettre aux fourneaux pour quatre heures d'affilée (quatre ou cinq recettes à faire !). Alléchant, tout cela, non ?

Alicia COMET

« Ça nous a permis de voyager au soleil » Béatrice, 43 ans (Nantes)

« Sur Internet, j'ai cherché un cours de cuisine à suivre avec une amie et je suis tombée sur le site de Cook & Go. J'ai accroché sur leur menu polynésien (poke d'espadon, brochette de porc à l'ananas, sablé au citron vert), car il faisait mauvais temps ce jour-là et nous en avions ras le bol de la grisaille. J'ai découvert comment cuisiner l'ail, le gingembre, le citron vert, et on a emporté notre plat prêt (mais non cuit), bien emballé, avec une fiche cuisson pour la maison. On s'est régalingées ! Dix jours plus tard, on a refait la recette pour toute la famille. »



Carnet pratique

Où trouver son cours ?

- **Le cercle culinaire**
Tél. 02 99 31 45 45 ou www.cercleculinaire.com
(60 centres en France). www.cook-and-go.com
(12 ateliers en France).
- **L'atelier gourmand**
Tél. 09 82 58 11 24 (Rennes) ou www.atelier-gourmand.fr
(6 ateliers, surtout en Bretagne).
- **L'université populaire européenne**
Tél. 03 88 36 32 10 (Strasbourg) ou www.universitepopulaire.eu
(partout en France).
- **L'atelier des chefs**
10 rue de Penthièvre, 75008 Paris (siège social) ou www.atelierdeschefs.com
(16 ateliers en France).
- **Cook & Go**
17 boulevard Saint-Jacques, 75014 Paris, Tél. 01 53 62 29 87 ou