

Tous aux fourneaux !

GASTRONOMIE. C'est le triomphe des cours de cuisine. De plus en plus de Français suivent assidûment les leçons des chefs — en atelier, à la télé ou sur Internet —, redécouvrent le plaisir de mitonner de bons petits plats et de partager un repas fait maison.

GRAAL du bon et du faire-soi-même, les cours de cuisine font un tabac. Grands et petits chefs ouvrent des centaines d'ateliers à Paris comme en province, les recettes en images et cours filmés fleurissent sur Internet et l'on ne compte plus les émissions de télé — et les chaînes — qui mettent en scène des leçons de cuisine. En cette Semaine du goût (elle s'achève demain), des initiations et des cours sont dispensés partout en France et, le week-end prochain, le salon Cuisinez ! proposera des ateliers culinaires au Carrousel du Louvre.

C'est donc le grand retour des cordons-bleus. « Mai 68 et la libération des femmes ont engendré une perte du savoir. Les mères actives n'avaient plus le temps de transmettre leurs connaissances culinaires. On s'est retrouvé avec une génération de gens âgés entre 25 et 50 ans qui cuisinent peu ou mal et qui voulaient apprendre », explique Guy Martin, chef étoilé du Grand Véfour, une des toques à avoir lancé des ateliers* à son nom, à Paris. Des cursus d'une à

quatre heures où on oublie les plats préparés des grandes surfaces, pour redécouvrir les matières brutes et l'intérêt de les transformer.

De plus en plus d'hommes

L'envie de partage, fondatrice du repas, alimente aussi l'engouement pour ces enseignements. « Les élèves se rencontrent, cuisinent et dégustent ensemble les plats qu'ils ont réalisés, poursuit Guy Martin. On reçoit de plus en plus d'hommes. Le but est de faire plaisir aux autres. »

L'aventure peut être collective — certains ateliers reçoivent jusqu'à 100 personnes — ou très individuelle, avec des cours à domicile. Elle démarre aussi très tôt puisque plusieurs de ces « écoles » proposent des initiations pour enfants ou ados. Qui a dit que la gastronomie française — que Nicolas Sarkozy veut faire entrer au Patrimoine mondial de l'humanité — n'avait pas un bel avenir ?

CLAIRE CHANTRY

AVEC VÉRONIQUE MARIBON-FERRET

* www.atelieryuymartin.com.
01.42.66.33.33. De 25 € la
demi-heure à 160 € les
quatre heures.



PARIS, HIER. Sous le regard de la chef Lynn Jeffy (en blanc à droite), l'heure est à la dégustation pour les apprentis cuisiniers. (LP/OLIVIER LEJEUNE)

- « On apprend la recette puis on déguste ensemble »

YVES LE CAIGNEC, 42 ans, élève de l'Atelier des chefs

CASSEROLE et spatule en mains, ils sont une douzaine — dix femmes, deux hommes — regroupés autour de la chef Lynn Jeffy, yeux bleus, tablier blanc, voix énergique. Des plaques de cuisson où rissolent les gambas monte un délicat fumet. Au terme d'une demi-heure de cours dispensée pendant la pause déjeuner selon la formule proposée par l'Atelier des chefs*, le « risotto aux gambas citronnelle et lait de coco » prend tournure. La chef, qui a travaillé chez le célèbre cuisinier Joel Robuchon, apporte la touche finale : « Vous voyez les particules brunes au fond de la poêle ? interroge-t-elle. C'est très goûteux. On va déglacer (*mettre de l'eau dans la poêle*) et verser ça dans le risotto pour aromatiser. » Une noix de beurre, une bonne ration de parmesan râpé, un peu de poivre « pour relever le tout » et le tour est joué ! Au moment de préparer les assiettes, ne pas oublier l'astuce du pro : laisser le dernier anneau de carapace des gambas pour que ces grosses crevettes puissent tenir debout dans le riz, comme au restaurant, autour de quelques feuilles de coriandre !

« Epater les invités »

« La présentation du plat est très importante car on mange d'abord avec les yeux », souligne Lynn Jeffy. Avant de glisser en souriant : « Les gens aiment bien épater les invités ! » Cadre

« dans le développement durable », Yves le Caignec, 42 ans, apprécie « le concept : on apprend la recette puis on déguste ensemble ». Ce père de quatre enfants s'est inscrit sur Internet à ce cours « il y a cinq semaines parce que je voulais savoir cuisiner ce plat précisément ». Spécialiste de « l'escalope de saumon sur le gril au sel de Guérande », Yves compare la cuisine à « un meuble ou un tableau : c'est quelque chose qu'on construit de ses mains avec plaisir et qu'on donne comme une offrande ».

Adeptes de l'atelier des chefs depuis deux ans, Brigitte Arcerito, comptable de 48 ans, estime que « 17 € le cours avec dégustation, c'est pas cher, l'équivalent d'une formule déjeuner dans un bistrot ». Pour ne pas reproduire l'erreur de sa mère qui, « sans doute parce qu'elle est de la génération 1968, ne m'a rien transmis en cuisine », il lui arrive d'emmener sa fille de 10 ans aux séances parents-enfants du mercredi La nouvelle, c'est Aurélie Brunet, 25 ans. « C'est une façon sympa de découvrir une recette originale », dit-elle. Enchantée, cette commerciale « dans la pub » reviendra, « mais pour un cours d'une heure ou deux. Une demi-heure, c'est trop court ! »

PHILIPPE BAVEREL

* *Www.atelierdeschefs.com. Cinq adresses à Paris : 10, rue de Penthièvre ; 27, rue Pécelet ; 20, rue Saint-Lazare ; Lafayette Maison ; Printemps Nation.*

Des cours pour tous

■ **A la télé.** De « Côté cuisine » (France 3) aux « Escapades de Petite-Naud » (France 5), on n'en finit pas de passer les plats sur le petit écran. Sur le câble-satellite, une chaîne entière y est consacrée : Cuisine TV. Et la TNT s'y met. Direct 8 propose « A vos fourchettes ! » et Gulli lance ce week-end « C moi qui régale ». La plus gourmande, c'est M 6 : entre « Un dîner presque parfait » (2 millions de fans chaque soir à 17 h 50) et « Bon... et à savoir » (le samedi à 20 h 5), on attend bientôt « le Chef contre-attaque » en prime time avec Cyril Lignac.

■ **Sur Internet.** L'offre est pléthorique. *www.chefsimon.com* livre des cours en ligne et des recettes en photo. Sur *www.meilleurduchef.com* ce sont les membres du club qui proposent leurs spécialités et *www.cooksurfing.com* est également consacré aux recettes échangées entre particuliers ; *www.easydelice.fr* est dédié aux débutants

■ **Les ateliers en ville.** Paris est la reine des apprentis cuisiniers : l'Atelier des sens (01.40.21.08.50), de 34 € à 90 € ; Chef Martial (01.44.54.02.18), de 20 € à 100 € ; l'Atelier de Fred (01.40.29.46.04), adultes 60 €, enfants 35 €... Pour des cours à domicile, on peut faire appel à *www.chefalamaison.fr*. Pour des adresses partout en France. *www.cercleculinaire.com*
A noter les cours de cuisine bradés sur *lastminute.com*.

VOIX EXPRESS /Et vous, quel plat aimez-vous cuisiner ?



(LP/OLIVIER LEJEUNE)

Isabelle Stouls

57 ANS
DOCUMENTALISTE
NOGENT-SUR-MARNE (94)

« **La ratatouille.** C'est ma spécialité. Je tiens ça de ma mère. Et pourtant on n'est pas du Sud mais de l'Est ! A partir de la recette familiale, j'ai ajouté ma touche. Pendant que les légumes mijotent j'ajoute une saucisse fumée... c'est vraiment bon. Les aubergines et courgettes ont une autre saveur. Je préfère quand même préparer mes plats plutôt que d'acheter du tout fait. »



Magdalena Znuda

47 ANS
SECRÉTAIRE MÉDICALE
COLOMBES (92)

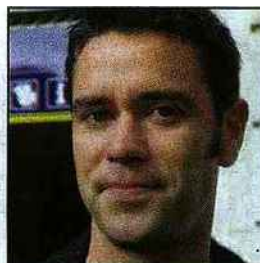
« **La dorade royale au four.** C'est un délice que j'aime préparer pour un dîner avec des amis. C'est très simple : vous l'enfournez avec une noisette de beurre dessus et dessous mais sans aromate : tout le monde n'aime pas ça. Vous faites cuire une petite demi-heure et elle est croustillante à souhait. Je m'inspire des recettes de ma mère et je pique les bonnes idées des amis. »



Louise Jacob

64 ANS
RETRAITÉE
LE HAVRE (76)

« **Le rôti de porc à la diable.** C'est une recette avec de la moutarde qu'on peut faire au four ou à la cocotte. Avec des oignons, c'est plus moelleux. Et en dessert, ma crème caramel. Quand je reçois, j'aime cuisiner. Mes recettes, je les cherche sur Internet. Un site m'envoie de nouvelles idées tous les mardis. J'aime suivre les tendances. Pour ma crémaillère, j'avais fait des verrines. »



Julien Guillomet

28 ANS
SANS EMPLOI
AURAY (56)

« **Les crevettes au gingembre.** Mijotées avec une julienne de légumes, carottes, céleri... c'est frais, léger et facile à faire. J'accompagne ça avec des nouilles de riz. C'est dans un livre que j'avais vu cette recette. En général, c'est à partir de plats détaillés dans des livres que je cuisine. Puis j'adapte. Je cuisine à l'instinct, selon mes envies et surtout ce que j'ai dans mon placard ! »



Jacques Verhoeve

52 ANS
ARCHITECTE-DÉCORATEUR
RITOIRE (28)

« **Le poulet farci rôti.** C'est un plat facile à réaliser et que tout le monde aime. Vous le badigeonnez d'huile d'olive et d'un peu de sel de Guérande. Vous le remplissez avec de la farce : soit de la viande soit des légumes hachés. Il faut mettre un peu d'ail et des oignons autour du poulet. Je n'aime pas trop cuisiner, alors je ne fais pas de recettes compliquées ! »

PROPOS RECUEILLIS M-A G.