

A l'Ecole Ritz Escoffier, on échaude les tomates en rigolant.

Chef, oui chef!

Apprendre à cuisiner autre chose que des poissons carrés, on veut bien. Mais avec un prof toqué. PAR LAURA CHATELAIN

À PARIS

• **HAUTE GASTRONOMIE – ÉCOLE RITZ ESCOFFIER** Une pause déj' dans un palace, c'est possible et raisonnable, à condition de mettre la main à la pâte. Dans la cuisine-école du Ritz, on prépare en 30 minutes des tagliatelles aux langoustines et pistou ou un risotto de supions à l'encre de seiche qu'on déguste sur place avant de retourner bosser. Pause Ritz, 45 €. 38, rue Cambon, 75001 ; 01 43 16 30 50, www.ritzescoffier.fr

• **VÉGÉTAL – CUISINE FRAÎCH'ATTITUDE** Pour avaler (enfin !) nos cinq portions par jour, on découvre des recettes à base de fruits et légumes frais. Sain et créatif avec par exemple un repas « tout carotte » ou un menu rouge, concoctés dans une cuisine pop désignée par Matali Crasset. 20 € les 2 h 30 (10 € pour les - de 26 ans). 60, rue du Faubourg-Poissonnière, 75010 ; 01 49 49 15 15, www.cuisinefraichattitude.com

• **EXPRESS – ATELIER GUY MARTIN** Sébastien Dagonneau, un ancien du Grand Véfour aux côtés de Guy Martin, nous aide à préparer en 60 minutes chrono un filet de canette mariné à la vodka et un soufflé au chocolat dans une cuisine ultra-moderne. Chic, mais pas si sorcier : même les novices s'en sortent. Cuisine Solo : 40 €, un plat + un dessert. 35, rue Miromesnil, 75008 ; 01 42 66 33 33, www.atelierguymartin.com

• **PÉDAGOGIQUE – ASTUCES ET TOURS DE MAIN** Une fois par mois, Laurence Guarneri, passionnée de cuisine, apprend aux débutants les bons gestes pour assurer aux fourneaux. Le thème change à chaque fois (les pâtes italiennes et leur sauce, autour du poisson...) et on n'a qu'une envie : y retourner. 105 € les 3 h. 29, rue Censier, 75005 ; 01 45 87 11 37, www.astucesetoursdemains.com

• **DÉPAYSANT – ESPACE HATTORI** Madame Hoshima, la prof du Centre culturel franco-japonais, apprend l'art de découper un poisson et la manière

Sortir

Le Diet Café, ou l'art de rendre le light appétissant.

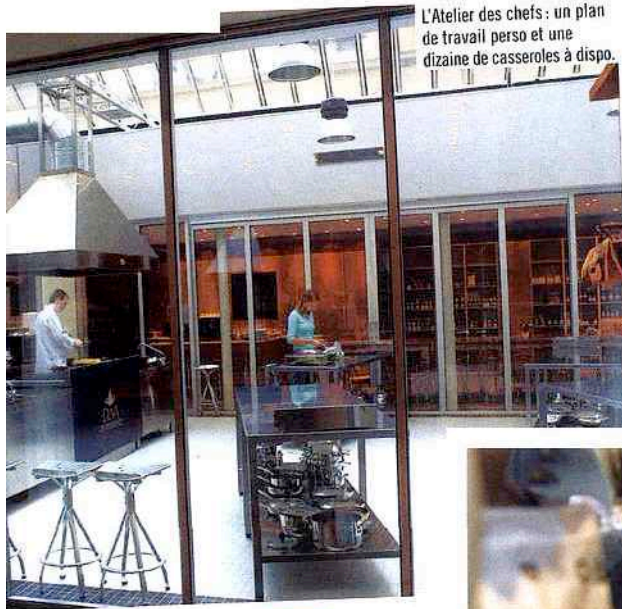


de rouler un maki. Histoire de pouvoir rapidement proposer à ses amis une soirée Misogushi + sushis et, l'air de rien, glisser « c'est moi qui les ai faits. » Frisson d'admiration dans la salle.

Cours de sushi : 38 € les 3 h 30, le samedi de 10h à 13h30. 8-10 passage Turquetil, 75011 ; 01 43 48 83 64, www.ccfj-paris.org

• **ÉQUILIBRÉ – DIET CAFÉ** Diplômée en nutrition, Frédérique Lauwerier s'y connaît en cuisine faible en calories mais forte en goût. On prépare avec elle un menu complet (par exemple des blinis de pomme de terre à la truffe, des raviolis de champignons et une compote d'ananas façon piña colada) qu'on déguste ensuite sans culpabiliser. 90 € les 3 h ; étudiants : 65 €. 9, rue Charles V, 75004 ; 01 42 74 07 85, www.e-dietcafe.com

CÔTÉ DRINKS L'hôtel Park Hyatt Paris-Vendôme propose un samedi midi sur deux des cours de cocktails. Le but de l'exercice : apprendre, avec un barman très pro, à dompter le shaker avant de réaliser des grands classiques qu'on pourra facilement refaire chez soi. 140 € les 2 h env. 5, rue de la Paix, 75001 ; 01 58 71 12 34, www.vendome.hyatt.fr A lire : *Cuisiner comme un chef à Paris*, Parigramme, 6 €.



AILLEURS

• **PRIX MINI – L'ATELIER DES CHEFS** Pour le prix d'un repas dans une brasserie, on prépare soi-même un parmentier de canard ou un dos de cabillaud en croûte pour le déjeuner. Et on prend le temps de le déguster sur place, attablée avec les autres élèves autour d'un verre de vin. Plus convivial que la cantine, non ? L'En cas : 15 € pour un plat. A Bordeaux, Nantes, Lyon, Lille, Dijon et Bruxelles ; www.atelierdeschefs.com

• **BIO – ATELIERS BIO GOURMANDS** En Alsace, on prépare poulet au miel d'épices douces et à l'orange et crumble au sarrasin en écoutant Christine Spohn parler cuisine et réveiller le goût de ses élèves pour les bons produits. Un retour aux sources culinaires. 42 € les 3 h. 14, rue Marcellin-Berthelot, 67380 Lingolsheim ; 03 88 78 84 24, www.les-gourmandises-bio.fr

• **TOUT SUCRE – ÉCOLE LENÔTRE CÔTE D'AZUR** Toque sur la tête (on repart avec) et tablier autour de la taille, on s'attaque à un classique de la maison : les fameux macarons (quand ce n'est pas une charlotte ou

une verrine aux trois chocolats), en variant les plaisirs et les parfums : pistaches de Sicile, vanille bourbon, chocolat croustillant... Les Pâtisseries : 95 € les 3 h. 63, rue d'Antibes, 06400 Cannes ; 04 97 06 67 62, www.lenotre.fr/ecole_lenotre/ecole_lenotre_cannes.php

• **MASTER CLASS – SCOOK** Apprendre à cuisiner avec un chef trois macarons (et pas un de ses assistants, hum...), c'est un luxe qu'on peut s'offrir – ou se faire offrir – auprès d'Anne-Sophie Pic, boss de la fameuse Maison Pic à Valence. Et si on a gagné au Loto, on peut même passer une nuit dans ce très beau 4-étoiles luxe (280 € la nuit tout de même). Cours Prestige : 280 €, la demi-journée pour la réalisation de deux plats. 243, avenue Victor-Hugo, 26000 Valence ; 04 75 44 14 14, www.scook.fr

• **ORIENTAL – L'ATELIER DE CUISINE GOURMANDE** Près de Toulouse, on s'initie à l'art du couscous, du tajine et de la pastilla (sans oublier les cornes de gazelle) auprès d'Aïcha Ould Hammou, chef d'origine algérienne. Ici, tout est au format familial : on cuisine pour six et on emporte son dîner à la maison ! « Saveurs d'épices » : 39 € les 3 h (hors coût des ingrédients). 6, chemin de l'Hers, 31140 Launaguet ; 05 61 47 10 20, www.coursdecuisine.net

• **À EMPORTER – LE PASSAGE** Au premier étage de ce restaurant design (une ancienne fabrique de confiseries reconvertie façon loft), on passe avant l'heure du déjeuner préparer un plat ensoleillé à partir des produits de saison. Et on repart avec sa lunch box à savourer au boulot ou à la maison. 27 € pour 1 h. 10, rue Villars, 13100 Aix-en-Provence ; 04 42 37 09 01, www.le-passage.fr ■