



VICTORIA CHENEAU

Petites leçons entre amis

Entre saveur du savoir et savoir des saveurs, Victoria Cheneau n'a pas choisi. La jeune femme de 28 ans a longuement étudié avant de se métamorphoser en professeure de cuisine à domicile, activité qu'elle a créée dans les Deux-Sèvres. Diététicienne, titulaire d'une maîtrise en technique agroalimentaire (analyse sensorielle des aliments), d'un master en sociologie appliquée à l'alimentation, Victoria Cheneau est depuis toujours passionnée par le sujet. Qu'il s'agisse de la préparation culinaire, qu'elle a expérimentée très jeune avec mère et grand-père, ou de notre comportement face à l'assiette.

À la fin de son cursus, elle a travaillé quatre ans dans la restauration de qualité, notamment dans des fermes-auberges où les recettes naissent de produits locaux ou biologiques. De là, dit-elle, lui est venue l'envie de transmettre et d'apprendre encore au contact du partage.

L'auto-entreprise Cook and Coach a vu le jour en février 2011 avec un site Internet à destination des particuliers, des groupes et un catalogue de leçons. L'instant tapas, Chocomania, La cuisine de nos grands-mères, Biscuits de mon enfance... Les intitulés de cours, évocateurs et malins, disent l'originalité de l'initiative : allez chez les gens pour leur enseigner la manière de préparer des duos de tapenades, des currys

d'agneau à la mangue ou des croustillants de Saint-Marcellin avec caviar d'aubergine à la ciboulette. «Je propose des thèmes (présentés sur mon site), avec des produits de saison, et je peux aussi m'adapter à une demande précise. L'objectif pour les participants est de réaliser un menu, de découvrir des techniques, des mélanges de saveurs... pour eux-mêmes ou pour préparer un repas de fête», explique le coach qui, pour chaque prestation, se charge de l'achat des ingrédients.

ZEN CULINAIRE. Victoria Cheneau aime travailler la volaille, le poisson, les légumes, les cuissons longues, et dispense une cuisine variée, imaginative et actuelle. Ses cours à domicile, d'une durée d'environ trois heures, séduisent des personnes seules, des familles, des cercles d'amis ou de voisins. De la préparation à la dégustation, le collectif apporte, selon elle, toujours plus de convivialité et crée une bonne dynamique.

La clientèle de Victoria Cheneau est composée pour un tiers d'hommes et pour deux tiers de femmes, âgés de 30 à 55 ans, plutôt «classes moyennes», de novices ou d'élèves très calés, friands de nouveautés. Et tous, confie la jeune femme, achèvent le cours avec le sourire. «Les personnes ont vécu un moment de détente, de plaisir, de partage. La cuisine est un bon moyen

d'échanges. Elles ont aussi la fierté d'avoir réalisé quelque chose de bon, de beau et la satisfaction d'avoir fait une activité manuelle.»

De sa nouvelle expérience, Victoria Cheneau tire quelques observations, révélatrices de l'air du temps. Omniprésente dans les médias, la cuisine a le vent en poupe mais sa transmission par le canal familial tout comme sa pratique quotidienne s'estompent un peu. «Globalement, on apprend encore auprès des siens mais de plus en plus de personnes apprennent plus tard, en trouvant des recettes dans les magazines ou sur Internet», constate-t-elle. Quant au plaisir de cuisiner, on s'y adonne de plus en plus pendant le temps de loisirs. C'est d'ailleurs souvent en fin de semaine que Victoria Cheneau professe, à domicile, l'art d'élaborer un Petit Festin entre amis.

Astrid Deroost

Victoria Cheneau propose des ateliers adaptés aux demandes des établissements scolaires, associations, structures d'insertion, comités d'entreprises, etc. Elle conçoit aussi des cours avec menus diététiques (www.cookandcoah.fr). Elle a écrit *Entre les lignes de la fourchette, que révèlent vos choix alimentaires ?* (Vuibert pratique, 192 p., 2010).

MARCHÉ

Ambition ménagère

Tout le monde n'a pas la chance du roi Salomon qui, pour entretenir le faste de sa table, avait douze intendants ou officiers de bouche, autant que de mois dans l'année.

Chacun d'eux remplissait pendant un mois à la cour les devoirs de sa charge, de sorte qu'il y en eût toujours onze occupés à parcourir les provinces et les pays voisins, à la recherche de mets nouveaux, de condiments inconnus.

Un modèle plus accessible, quoique, semble celui de Françoise la sublime cuisinière de La Recherche de Proust : «[...] *comme elle attachait une importance extrême à la qualité intrinsèque des matériaux qui devaient entrer dans la fabrication de son œuvre, elle allait elle-même aux Halles se faire donner les plus beaux carrés de romsteck, de jarret de bœuf, de pied de veau, comme Michel-Ange passant huit mois dans les montagnes de Carrare à choisir les blocs de marbre les plus parfaits pour le monument de Jules II.*»

Dans la préface à son *Almanach des gourmands servant de guide dans les moyens de faire bonne chère par un vieil amateur*, Grimod de la Reynière souligne : «*L'argent ne suffit pas pour constituer un bon Amphitryon et l'art de tenir une bonne table est bien plus rare et bien plus difficile que ne le croit le vulgaire.*» Il nous engage à connaître la «*topographie alimentaire de la France*» et le rapport des saisons avec les comestibles.

Sur ce dernier point le gastronome doit parfois faire preuve de la même précision que l'astronome dans la détermination d'une fenêtre de tir pour le lancement d'une fusée : il n'existe que deux ou trois semaines dans l'année où l'on peut célébrer le divin mariage des Saint-Jacques fraîches et des pousses d'épinard, des fraises et du jus d'orange maltaise.

Il existe pléthore de guides et de revues pour vous indiquer le meilleur restaurant, le meilleur vin. Mais bouchers, boulangers, pâtisseries, tripiers, charcutiers, maraîchers, poissonniers, fromagers..., à de très rares exceptions, œuvrent dans une relative discrétion. Leur réputation repose sur le bouche à oreille et dépasse rarement une notoriété cantonale.

Si avant votre safari gastronomique sur les marchés du Poitou vous n'avez eu la prudence de vous renseigner dans les écrits du sergent Montebello*, la longueur de la file d'attente devant l'étal ou la boutique sera, souvent, un fidèle indicateur de l'excellence de la marchandise délivrée.

LES RECETTES, LES TOURS DE MAINS SE CÈDENT :

à Melle, les boudins blancs qui font le régal des gastronomes passèrent de Jean Bellot à son apprenti et successeur Gilles Thomas puis à la famille Bergeon qui reprit le secret de fabrication et l'étal au marché.

Cette science du marché est, on le voit, fluctuante, le savoir est fragile, les vérités

d'hier ne sont plus celles d'aujourd'hui : les tomates cœur de bœuf, autrefois délicieuses, chef-d'œuvre de patients jardiniers, finissent par devenir d'insipides et coûteux produits du maraîchage intensif.

Curiosité et vigilance sont de mise car l'obsolescence du savoir éclatera dans vos assiettes.

Les lois de l'hospitalité l'exigent : le droit au luxe de ses hôtes est imprescriptible, mais rassurez-vous, Proust, encore lui, l'a dit : «*Le luxe ne naît pas de la richesse mais de la prodigalité.*»

Jacques Polvorinos

* *Fouaces et autres viandes célestes*, et *Le diable, l'assaisonnement*, de Denis Montebello, éd. Le temps qu'il fait.



Lugdunus



Alberto Boccos

LE MARCHÉ DES CHEFS

À Angoulême, l'association organisatrice du festival *Gastronomades*, lance la *Cuisine des Halles*, animation culinaire pour le grand public. Tous les premiers et troisièmes samedis du mois (10h30-12h), un chef de Charente fait ses courses au marché central de la ville et élabore en direct un plat de son répertoire. Les spectateurs sont invités à participer, à déguster et repartent avec une fiche recette. Créée en mai, l'initiative a pour objectif de promouvoir la gastronomie locale et devrait s'étoffer avec notamment des animations en direction des scolaires. Les halles, édifice du XIX^e siècle désormais équipé d'une vraie cuisine, pourraient aussi héberger un espace pérenne de dégustation. A. D.

THIERRY VERRAT

Leçons de cuisine étoilée



Alberto Boccos

Thierry Verrat, chef et propriétaire du restaurant La Ribaudière à Bourg-Charente, dispense depuis quatre ans des cours de cuisine au sein de son établissement étoilé. Tous les samedis matins, huit stagiaires s'initient à une gastronomie d'exception dont la facture repose sur l'épure. *«C'est tout sauf scolaire, tout se passe dans la bonne humeur et la convivialité. C'est un échange, un vrai débat avec dégustation des trois plats que l'on prépare, assure le maître. Les gens prennent conscience du fait que des produits de qualité sont indispensables à l'élaboration d'un bon plat.»*

Respecter les ingrédients bruts, les cuisiner simplement sans les «maquiller» de sauces alourdissantes ou superflues, en exalter le goût et pour cela maîtriser la cuisson, l'assaisonnement, la taille des légumes, jouer de quelques astuces... tels sont les préceptes que Thierry Verrat transmet à ses élèves.

Le contenu des ateliers épouse la saveur des saisons. La tendance est aux tartes de légumes primeurs pour l'entrée, aux crustacés pour le plat principal et aux fruits rouges pour le dessert comme ce

gaspacho de fraises à l'huile de vanille et émulsion au lait de coco... Les cours d'automne peuvent fleurir le champignon et ceux de janvier, la truffe. Pour les repas de fêtes de fin d'année, le chef enseigne, par exemple, l'art de cuisiner les coquilles Saint-Jacques, le chapon, le chocolat... tout en profitant de ses invités grâce à des préparatifs anticipés, grâce aussi à des soirées dînatoires à base de verrines.

Pour accorder mets et vins, les stagiaires reçoivent également les conseils d'un sommelier avant de procéder à une véritable célébration-dégustation de leur leçon. Certains reviennent au fil des saisons se nourrir de l'inspiration du chef. Thierry Verrat, lui, dit adorer ce rôle de passeur. *«La grande cuisine, répète-t-il, c'est avant tout la qualité des produits.»*

Astrid Deroost

<http://www.laribaudiere.com>

FRANÇOISE BARBIN-LÉCREVISSE

Une gastronomie du cognac

«Dans les Charentes, c'est une vraie gastronomie qui s'est développée autour du cognac.» Françoise Barbin-Lécrevisse, passionnée de cognac et auteur de nombreux ouvrages sur la cuisine régionale, vient d'éditer une version anglaise de son livre paru en 2009 *Cognac et cuisine d'aujourd'hui*.

Quarante recettes qui allient cognac et produits du terroir et sont accompagnées de suggestions d'accord avec un cognac, un pineau ou un vin de pays charentais signées du sommelier Olivier Rey, qui anime la Maison de la vigne et des saveurs à Archiac. *«Chaque foyer, au fin fond de toutes les campagnes charentaises, a une fiole de cognac ou de pineau destinée à la cuisine, souligne-t-elle, avec des utilisations différentes. Le cognac, qui supporte mal les cuissons longues, pour flamber viandes ou volailles, alors que le pineau, au contraire, va développer ses arômes sur la durée de la cuisson, en particulier dans les sauces.»*

Quel cognac mettre dans sa cuisine ? De préférence des qualités jeunes. *«Il faut un cognac de bonne qualité, un VS ou un VSOP, mais c'est inutile de prendre des qualités supérieures. J'en ai fait l'expérience, en préparant des gougères au fromage de chèvre et au cognac. J'avais fait une première tournée avec un cognac jeune, et comme je n'en avais plus pour la seconde, j'avais utilisé un XO, et nous nous étions rendu compte que le cognac jeune allait mieux, qu'il développait davantage ses parfums.»*

Le cognac, en cuisine, doit être utilisé avec une certaine retenue. *«Il ne faut pas avoir la main lourde, le cognac est un ingrédient qu'il faut doser, pour que tout soit en harmonie, sauf bien sûr si on le veut comme ingrédient principal, dans une crème ou une glace.»* Françoise Barbin-Lécrevisse ne met pas de cognac dans toutes ses recettes, mais, avec l'aide du sommelier Olivier Rey, elle propose, avec chaque plat, un accompagnement

de cognac, comme le foie gras qui peut se déguster avec un cognac XO sur des glaçons. *«On peut accompagner tout un repas avec du cognac, les Chinois le font couramment. Il y a quelques années, la maison Rémy Martin avait d'ailleurs mis au point avec Thierry Verrat, chef de La Ribaudière, à Bourg-Charente, des menus qui suggéraient des accords entre les plats et le cognac. Et les modes de consommation du cognac évoluent, aujourd'hui, on trouve des cognacs blancs qu'on peut déguster glacés en accompagnement de poissons fumés, comme on le fait avec la vodka.»*

Jean Roquecave

Cognac et cuisine d'aujourd'hui, version anglaise *Cognac and Modern Cuisine*, éd. le Croût vif, 160 p., 22 €. La version française de l'ouvrage a été récompensée en 2010 par les Gourmand World Cookbook Awards.