

**L**e projet mijotait depuis longtemps dans sa tête : dispenser des cours de cuisine, distiller son savoir avec l'énergie, l'enthousiasme et la simplicité qui l'animent. C'est chose faite. Christine Rassat met le feu à ses fourneaux chaque semaine à St Jorioz, pour ses élèves, qu'ils soient néophytes dans l'art de la gastronomie, ou déjà rompus aux talents de cordon bleu. Confidences autour du piano.

# Elle joue

*du piano debout...*

## Cuisiner, une véritable passion ?

**Christine Rassat :** J'ai été à bonne école... Petite fille, je passais du temps dans le restaurant de ma grand-mère en Haute-Saône. Je la regardais officier, je goûtais, le doigt en douce dans les casseroles. Ça sentait tellement bon : j'ai encore l'odeur dans le nez de son poulet à la crème, de sa terrine de foie gras ! J'étais à l'affût de chacun de ses gestes. La passion s'est fortifiée, plus tard, dans le resto de ma mère. Elle régalaient ses hôtes d'une langouste à tomber de bonheur... Et sa recette de galettes... C'est ainsi que j'ai vécu au quotidien les contraintes de ce métier et surtout ses joies...

## Pour la convivialité ?

Oui, mais pas seulement. C'est pour la formidable complicité d'un moment où tous les sens sont en éveil, et les papilles en explosion. J'ai fait perdurer ces instants magiques pour ma famille, mes amis. La cuisine c'est vraiment une passion de toujours. Je reste scotchée devant les émissions culinaires à la télé, je potasse les revues, j'accumule les bouquins et quand je cale, je me plonge dans mon ouvrage de référence : trois volumes de "la cuisine de A à Z". Je suis complètement toquée ! Régaler ceux qui m'entourent, c'est ma manière à moi de les rendre tout simplement joyeux. Mais j'avais envie d'aller plus loin...

## Comment votre projet s'est-il concrétisé ?

Vous savez quand on décide de faire quelque chose, on trouve toujours des solutions pour y arriver... Un jour, j'ai un copain qui m'informe des cours de cuisine qui se donnent au Ritz à l'Ecole Escoffier à Paris. Du coup, je les ai assidûment suivis pendant un an. Et comme j'ai toujours été en constante recherche de nouvelles recettes, d'une cuisine plus élaborée, plus moderne, cette expérience est allée parfaitement dans le sens de mon périple culinaire.

## Et c'est le passage à l'acte...

J'avais déjà anticipé. Ma cuisine à la maison a été aménagée, de telle sorte qu'elle devienne un atelier de travail. Puis, tout est allé très vite ! Mon mari m'a offert une batterie de casseroles et de marmites d'une qualité exceptionnelle... J'ai fait l'acquisition d'un excellent matériel et d'accessoires efficaces, très pros. J'ai rôdé mes recettes et transformé mon entourage en goûteurs !

## Comment se déroule un cours ?

Par groupe de huit. Chacun a son dossier avec les recettes précises du menu du jour qu'il peut étayer au fil du cours. Chacun sa planche, son couteau, son économe, son torchon et son tablier blanc brodé sous le label "Atelier et Démonstrations". L'ambiance est posée. Les élèves épluchent, coupent, détaillent en cubes, en lamelles, en petits dés... Ils font la cuisine avec moi. Ils touillent, ils goûtent, ils rectifient l'assaisonnement, ils enfournent, ils décoorent... Ils interprètent, dosent le sel, le sucre, les épices, tel le musicien qui se frotte aux dièses et aux bémols (N.D.L.R. Christine connaît la musique. Un piano peut en cacher un autre...) Les questions fusent, on s'échange des trucs et ça crée des liens

très sympas. Je suis le chef, j'insuffle le savoir. Rigoureuse mais toujours joyeuse ! Faire de l'excellente cuisine est à la portée de tous, c'est mon message récurrent. J'utilise des ingrédients que l'on trouve partout, il suffit d'apprendre et d'aimer ça.

## Ça demande beaucoup de préparation ?

Une organisation drastique s'impose. Elaborer des menus différents, innovants, de l'entrée au dessert, préparer les dossiers, faire le marché, la mise en place et puis ranger, forcément ! Mais si vous saviez à quel point c'est gratifiant... Après le cours, qui dure environ deux heures, c'est le moment magique de la dégustation, tous ensemble, un feu d'artifice de saveurs ! Autour de la table, des hommes, des femmes de tous âges, la plus jeune a vingt ans, la plus âgée 82 ans ! Une complicité formidable s'instaure. Et mes marmitons rentrent chez eux avec les échantillons qu'ils ont élaborés pour les faire, à leur tour, goûter à leur entourage. L'échange gourmand se poursuit...

## Quels sont vos prochains cours ?

Le 6 avril, nous travaillerons sur le thème du chocolat, le 14 sur celui du foie gras. Le 21, une nutritionniste nous concocte un menu adapté à la beauté de la peau sous le soleil. Il arrive que de grands chefs de la région participent amicalement aux ateliers pour dévoiler quelques secrets savoureux... ●

Propos recueillis par Christine Mouez-Gojon.



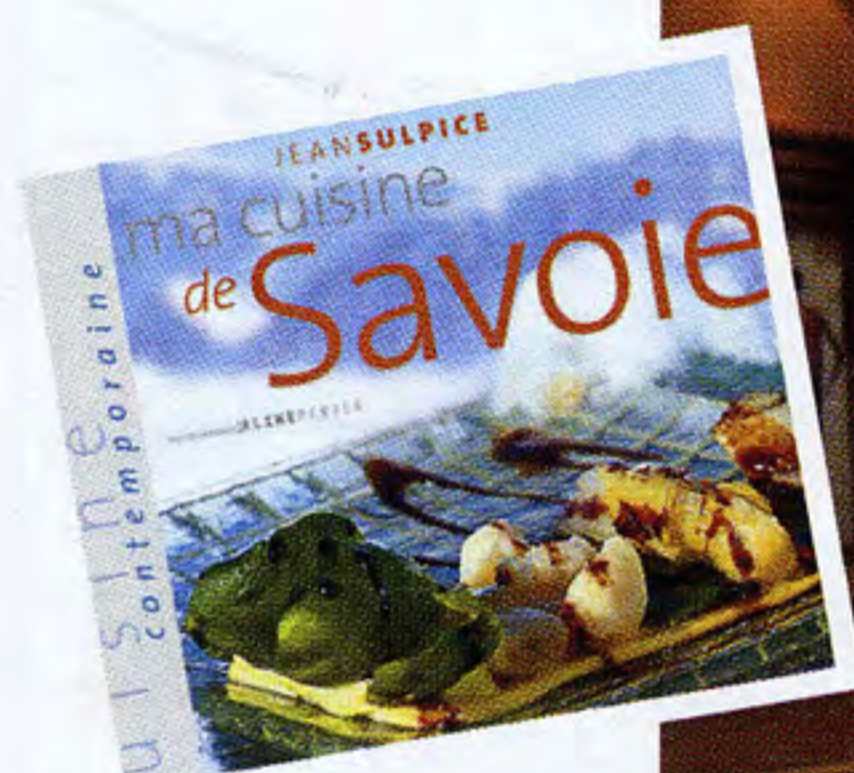
Si vous voulez participer aux ateliers de Christine, il est prudent de réserver, comme dans toutes les grandes maisons : Atelier Cuisine et Démonstrations. Tél : 06 81 86 50 20.



# Osez

## la cuisine savoyarde !

JEAN SULPICE EST UN JEUNE CHEF SAVOYARD TRÈS PROMETTEUR. AMOUREUX DE LA SAVOIE ET DE SA CUISINE, IL VIENT D'ÉCRIRE UN LIVRE, «MA CUISINE DE SAVOIE», DÉDIÉ À TOUTES CELLES QUI VEULENT, MAIS N'OSENT PAS SE LANCER...



Ma cuisine de Savoie  
Editions Libris



**J**ean Sulpice a toujours baigné dans la gastronomie. Petit, il passait son temps libre chez ses grands-parents, étoilés Michelin. Les Aixois se souviennent du Pavillon International où la famille Rivolier, depuis quatre générations, accueillait les clients venus goûter une cuisine récompensée par les meilleurs guides. Alors, bien sûr, les fourneaux, pour lui, c'était une évidence. "Je suis entré tôt en apprentissage et toujours sans quitter la Savoie. C'est mon poumon, mon oxygène".

### Formé par les plus grands

Ses premiers pas chez Pierre Marin, étoilé Michelin, lui apprennent toutes les bases de la cuisine et de la pâtisserie. Jean Sulpice poursuit cette formation chez Marc Veyrat. "J'étais un terreau fertile, je ne demandais qu'à apprendre. Il fallait tenir sous la coupe du chef, mais je n'ai retenu que le côté positif". Cinq ans plus tard, alors chef de partie,

il quitte la prestigieuse maison. Un séjour chez Klein en Alsace, puis chez Patrick Geoffroy en Bretagne. Enfin, Jean se sent prêt à postuler chez El Bulli. Le chef catalan est cité comme un maître par Marc Veyrat. Il y découvre la cuisine moléculaire... et en revient. La Savoie lui manque. Bouvier, chef étoilé de l'Essentiel, lui propose alors de prendre les cuisines de l'Oxalys, à Val Thorens. Pour la première fois, Jean est le chef de ses cuisines. Le restaurant connaît depuis deux saisons un éclatant succès.

### Un livre pour faire aimer la cuisine

Jean Sulpice décide alors d'écrire un livre sur la cuisine savoyarde. "Mon but : que les femmes apprennent à aimer les produits de notre région, qu'elles n'aient plus l'impression que la cuisine est difficile. Je vois bien que Magali, mon épouse, qui n'est pas une cuisinière aguerrie, a beaucoup de mal

à se lancer. Elle a toujours peur de rater les plats." Aussi, dans son livre, il présente une cuisine savoyarde allégée, facile à réaliser.

### Savoyarde, mais allégée

"Nous ne mangeons plus comme nos parents. Les recettes doivent être simples et pas lourdes". A l'image de sa tartiflette, sans crème avec juste un peu de reblochon, en mille-feuille absolument délicieuse. Cuite à basse température, les pommes de terre ne baignent plus dans le gras. La tarte de polente aux légumes d'automne, sans crème ni beurre, avec juste un trait d'huile de noix est à découvrir de toute urgence.

Et de temps en temps, il va tester ses recettes dans les ateliers de cuisine organisés par Christine Rassat, à Saint Jorioz. "Elle est fabuleuse... Non seulement, elle a du talent derrière ses fourneaux, mais surtout elle a ce sens de la pédagogie qui fait souvent cruellement défaut aux chefs. Elle sait enseigner, écouter les difficultés de ses élèves. Leur expliquer simplement les choses avec un vocabulaire adapté aux novices. C'est aussi là que j'ai compris les attentes des femmes en matière de cuisine. Mon livre va dans ce sens : enseigner, rassurer et faire aimer les produits de notre région". Un livre à savourer sans modération ! ■

Fleur Tari Flon



Jean Sulpice lors d'un cours de cuisine de Christine Rassat.