



Semaine du goût: concours de cuisine Top chef au CO



MOTS-CLÉS: RECETTES • 11CO

Qui dit *Semaine du goût* dit début de l'automne et ses produits de saison, tels que la courge, les châtaignes, le raisin, les champignons et la chasse. Elle donne envie à chacun de faire des découvertes culinaires, de s'arrêter pour déguster, de s'interroger sur notre rapport à l'alimentation. Elle permet aussi de réunir ceux qui aiment manger, favorise les échanges et donne envie de créer des liens avec toute la communauté.

Cette année, «les cucurbitacées» ont été à l'honneur de cette 17^e édition. Dans cette famille peu connue, courges, courgettes, concombres, cornichons, melons, pastèques colorent nos assiettes.

Cette famille de légumes-fruits ne comporte pas moins de 800 espèces différentes, donnant l'occasion de les préparer sous différentes formes aussi bien salées que sucrées, cuites que crues. Leurs textures variées et leurs couleurs parfois étonnantes permettent aussi de multiples présentations. Chacun peut trouver une façon plaisante de les consommer. Dans les CO valaisans, les enseignants d'économie familiale ont la possibilité de mettre à l'honneur ces diverses cucurbitacées aussi bien dans le cadre des cours grâce à des activités et des recettes sélectionnées par l'animation que lors du concours de cuisine Top chef au CO, dont le thème des épreuves locales «*Quelles courges!*» a suscité de l'intérêt auprès des élèves de 11CO.

Ce ne sont pas moins de 120 candidats inscrits qui se sont mis à l'œuvre pour concocter, en 90 minutes chrono, des recettes à base de cucurbitacées qu'un jury composé d'enseignants et de représentants de la gastronomie devait évaluer.

Recettes de famille, inventées, revisitées, découvertes sur la toile ou dans des livres, il y en avait pour tous les goûts. Les jurys des 17 CO participants ont mis en éveil tous leurs sens. En même temps que les yeux s'émerveillaient devant la présentation de la recette, les oreilles étaient grandes ouvertes pour écouter les explications des candidats quant au choix de leur recette. Les narines palpaient déjà alors que les papilles gustatives se mettaient en mode «réception immédiate».

Chaque candidat y est allé de sa touche personnelle avec plus ou moins de rigueur. Pour certains, il s'agissait de relever un défi sans trop se prendre la tête alors que pour d'autres tout était réfléchi, testé à maintes reprises pour tenter de poursuivre l'aventure et pourquoi ne pas terminer en final, comme Jérémie qui nous a régales avec un dessert de son propre cru: un cheese-cake pomme – courge.

Couleurs, aspects, odeurs, textures, saveurs, tout était en harmonie grâce à diverses techniques maîtrisées (utilisation de la gélatine – caramel).

D'autres nous ont aussi fascinés par l'histoire de leur recette, telle Maria qui nous racontait que la dernière fois qu'elle avait dégusté sa soupe,



Des présentations pleines d'imagination

c'était en présence de son grand-père décédé depuis. Et encore, Parwaneh, arrivée d'Iran il y a une année et demie, qui n'écrivait et ne lisait que le persan, et qui a réussi à adapter et traduire 2 recettes de son pays en y insérant de la courge: les Denat et les Kuku à la courge.

Si tous les CO n'ont pas terminé d'organiser les épreuves locales, le thème ainsi que la date des épreuves régionales sont déjà arrêtés, il s'agit de: «*Vive les crêpes!*», le mercredi après-midi 7 février 2018.

Si vous êtes tentés par l'une ou l'autre recette réalisée par nos «top chefs», nous vous en proposons quelques-unes en ligne:

<http://cogoubing.ch/8-1-concours-top-chef-au-co>

Rachel Bircher-May •

Egalement des recettes sur:
www.resonances-vs.ch