

Gironde mag



le magazine des Girondines
et des Girondins
automne 2023
n° 141



Prévenir,
accompagner,
prendre soin

La force de la PMI (Protection
Maternelle et Infantile)
p. 14

le numéro de la
santé



Cuisine, mon chéri!

Pas besoin d'une toque ou de la tenue blanche d'un grand chef pour prendre du plaisir en cuisine. Une fois par mois, à Val-de-Livenne, une quinzaine d'hommes, novices ou plus aguerris, partagent la préparation d'un plat, sa dégustation et une bonne dose de convivialité.

Cuisine mon chéri, une affaire d'hommes ? Non. L'aventure culinaire a débuté lors d'une réunion du Groupement de Développement Agricole et Rural (GDAR) de l'Estuaire, un soir, à Val-de-Livenne, en Haute-Gironde. Isabelle Savinet, présidente du GDAR qui porte un espace de Vie Sociale, se souvient : « Le temps passait et une membre du conseil d'administration a reçu un appel de son mari, lui demandant : Qu'est-ce qu'on mange ? Elle a dû le guider. Là est née l'idée d'amener les hommes à s'intéresser à ce qui se passe dans la cuisine. » Gilbert Savinet, son époux, relève le gant avec elle et sur ce vaste territoire couvrant les communes de Val-de-Livenne, Saint-Aubin-de-Blaye, Saint-Palais, Pleine-Selve, Saint-Ciers-sur-Gironde et Reignac, pas moins d'une quinzaine d'hommes se laissent convaincre. Au gré d'un atelier par mois, depuis 2022, ils se réunissent, les uns apportant les produits du jardin, les autres leur expérience de la cuisine, afin de partager, de bavarder entre garçons comme les femmes le font lors des ateliers de couture ou des cafés exclusivement féminins que propose le GDAR. L'action est soutenue par le Département via l'appel local à initiative locale de développement social (AILDS).

De l'atelier à la maison

Autour de Gilbert Savinet, 67 ans, ils sont six autour de la table préparant des légumes locaux pour concocter des courgettes farcies. « Sur le même pied d'égalité, nos relations sont les ingrédients d'une belle recette » commente Gilbert. Éric, 51 ans, se souvient de sa mère « qui cuisinait et j'étais son commis. » Ici, il partage des techniques acquises. Discret, Florent, 47 ans, avait envie de participer pour « combler des lacunes ». Jean, 35 ans, apporte son énergie à cette amicale brigade. Amoureux des cuisines du monde, il « initie les jeunes en dehors de ce temps de rencontre. Nous avons créé un club Manganimé liant lecture manga, jeux, dessins, culture japonaise. Lors d'une soirée du club le repas japonais a été confectionné par Cuisine mon Chéri. »

Jonathan, 39 ans est venu « poussé par la gourmandise ». Il n'est pas déçu, tout comme David, 38 ans, qui ajoute : « J'ai envie de me débrouiller seul à la maison. » Doyen de l'équipe, Alain, 75 ans, ponctue la matinée avec humour : « Je suis épicurien mais je ne savais pas cuisiner. À la maison, je me risque à préparer la paella mais je suis mis en tutelle, sous l'œil de mon épouse. » Les femmes profitent parfois des plats qu'ils préparent lors d'ateliers couture où ils les rejoignent, en présence de certains de leurs enfants pour déguster ensemble la création. Mais ce samedi-là, c'est bien entre hommes qu'ils vont goûter les courgettes farcies cuisinées avec minutie et bonheur.

gironde.fr/developpement-social
gdar.estuaire@gmail.com



LA RECETTE

Courgettes Farcies

Ingrédients :

- Courgettes rondes et longues de grande taille, soit une courgette ronde par personne et une grande pour deux convives
- Chair à saucisse de porc, 150 gr par personne
- Céleri branche
- Champignons de Paris
- Un œuf
- Mie de pain
- Chapelure
- 20 cl de lait
- Ail
- Herbes de Provence
- Sel
- Poivre

Préparation :

- Préchauffez le four à 250 °C
- Coupez le chapeau des courgettes, évidez, enlevez les pépins puis ciselez la chair
- Nettoyez les aromates et les champignons puis ciselez-les aussi
- Mettez la mie de pain à tremper dans le lait
- Dans un cul-de-poule mélangez à la main chair à saucisse, champignons, épices et aromates, sel et poivre, puis intégrez la mie de pain dans son lait et un œuf entier
- Farcissez les courgettes avec la préparation en serrant bien le contenu à l'intérieur
- Parsemez de chapelure
- Mettez le plat au four sur une feuille de papier sulfurisé
- Laissez chauffer durant 45 minutes

Dégustez !

