

UN MIEUX VIVRE GOURMAND

Succombez à la gourmandise !

Mieux vivre c'est aussi bien vivre. Quoi de mieux que le plaisir du palais pour réchauffer les cœurs et soigner les bleus de l'âme. Cette année sur la foire, en exclusivité et pour la première fois, découvrez l'atelier des chefs.

L'atelier des chefs, mettez la main à la pâte

Grande première sur la foire, les chefs viennent à votre rencontre. Sur un espace entièrement aménagé de 49m² avec tables de travail, plaques de cuisson, four et réfrigérateur, les maîtres de l'art culinaire vous proposent de vous initier. Enfilez toques et tabliers, retroussez vos manches et lancez-vous dans la recette. Quatre fois par jour, du vendredi 28 octobre au Mardi 1^{er} novembre, à 11h, 13h, 15h30 et 17h, des démonstrations ou ateliers auront lieu sous vos yeux. Si pour les démonstrations un peu d'attention suffit, pour les ateliers en revanche il s'agira de mettre la main à la pâte. Des groupes de huit à dix visiteurs auront la chance de travailler aux côtés du chef pour composer une belle symphonie de goûts et de couleurs. Toutes les recettes utiliseront des produits du quotidien afin de permettre à chacun de les refaire à la maison pour régaler petits et grands. Les gestes et commentaires du maître des lieux seront retransmis sur écran géant. Prêts ? C'est parti pour tren-



Avant de venir officier dans votre cuisine, Patrick Alran a perfectionné son art dans les plus beaux établissements français, suisses et britanniques. DR

te minutes de préparation suivies de trente minutes de dégustation avec le public. Que vous vous sentiez plus à l'aise devant ou derrière les fourneaux, voilà en tout cas une belle manière de partager un moment de convivialité.

Le programme de l'atelier des chefs tous les jours à 11h, 13h, 15h30 et 17h :

- Vendredi 28 octobre : chef surprise et surprise du chef !
- Samedi 29 octobre : chef surprise et surprise du chef !

•Dimanche 30 octobre : Le chef Patrick Alran joue avec les produits de saison

•Lundi 31 octobre : les pâtisseries de Haute-Savoie présentent leur bûche « Coquine »

•Mardi 1^{er} novembre : le chef Christophe Saponara met l'œuf en scène

Le chef Patrick Alran

Avant de devenir chef à domicile, Patrick Alran a perfectionné son art dans les plus beaux établissements français, suisses et britanniques. Aujourd'hui c'est dans votre propre cuisine qu'il officie. Marché, préparation des menus, il met toute son expérience au service de vos envies et vous fait découvrir son univers culinaire dans l'intimité de votre foyer. C'est avec cette même passion qu'il recevra les visiteurs de Mieux Vivre Expo dimanche 30 octobre dans l'atelier des chefs. Cuisine gastronomique française, fine et gouteuse ; Patrick Alran aime travailler les produits de saison, les sublimer sans les dénaturer pour faire exploser les saveurs. Et de saveurs il sera question. Celles d'un risotto au potimarron rehaussé d'une écume de persil ou celle d'une ballottine de Saint Jacques agrémentée d'une poêlée de potimarron au gingembre. La noix est bien entendue une des stars de l'automne. Pourquoi ne pas la mettre scène dans un délicieux moelleux ? A découvrir absolument !

Le chef Christophe Saponara

Après vingt ans passés dans les cuisines des plus grands restaurants étoilés français, des palaces suisses et présenté le concours du MOF en 2011, Christophe Saponara s'est lancé dans l'aventure du « chef à domicile ». Il offre aujourd'hui l'excellence d'une cuisine gastronomique fine dans le cadre familial du foyer domestique. Voilà une belle façon de profiter pleinement et sans contrainte d'un très bon repas ou encore d'épater ses amis ! Sur la foire, Christophe Saponara proposera sa meilleure cuisine dans l'atelier des chefs. Le raffinement à la française de plats goûteux, de produits de saison justement cuits et assaisonnés. Mardi 1^{er} novembre, l'œuf entre sur le devant de la scène. Au menu, œuf poché basse température, mousseline de panais juste crémée, champignons des bois et tuile au grué de cacao. Douceur, onctuosité, croquant, voilà un plat qui en fera saliver plus d'un !

Régalez-vous, les pâtisseries de Haute-Savoie lancent la bûche de l'année

Avis aux gourmands et becs à sucre. Ne sentez vous pas, à l'approche de l'hiver et des fêtes de fin d'année, comme une envie irrésistible de chocolat gagner un peu plus chaque jour sur votre volonté ? Cédez à l'appel sans complexe. Lundi 31 octobre dans l'atelier des chefs, les pâtisseries de

*Le dauphiné Libéré
Supplément du 27 octobre 2011*