



## CHOLET

# Il cuisine du « bio pour tous »

Défenseur des protéines végétales, le cuisinier Gilles Daveau partagera ses idées samedi dans le cadre de Rencontres autour de la permaculture, au Passage culturel.

### ENTRETIEN

Depuis plus de 20 ans, des milliers de cuisiniers se sont formés à ses côtés en Pays de la Loire et ailleurs en France. Des amateurs et surtout beaucoup de professionnels en restauration collective. Gilles Daveau les estime à « près de 22 000 » depuis ses premiers cours dans son restaurant L'Arbre de vie à Nantes en 1988 jusqu'à aujourd'hui. Cuisinier et formateur donc, auteur aussi de plusieurs ouvrages sur la cuisine alternative (1), Gilles Daveau travaille à transmettre et valoriser les savoir-faire des cuisines végétariennes, sans prôner le végétarisme et encore moins le véganisme.

#### **Restaurateur puis traiteur, vous avez choisi finalement de privilégier la formation. Pourquoi ?**

Gilles Daveau : « La dominante de mon activité, c'est effectivement la formation des équipes de restauration collective à une amélioration de la qualité des repas. Je cherche à porter une compréhension des enjeux liés à l'introduction des produits bio, locaux, à la cuisine « maison » et à la diversification des sources de protéines qui ne soit ni culpa-

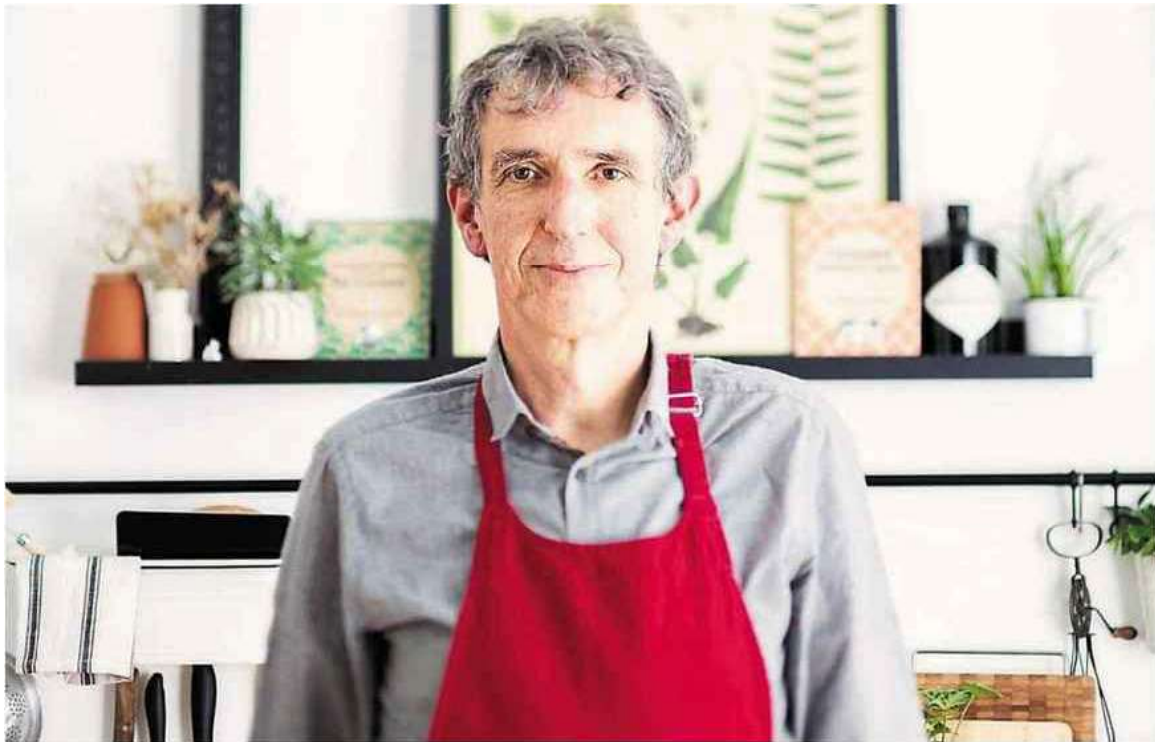
bilisante, ni dramatisante. L'idée, c'est d'enrichir l'offre alimentaire qui était devenue très stéréotypée ces cinquante dernières années. Ce n'est pas le bio pour les bobos, c'est le bio pour tous et pour le mieux manger. »

#### **Quels sont les leviers de cet enrichissement ?**

« C'est une invitation à rebattre les cartes, en faisant une part plus belle aux légumes de saison, aux productions locales et aux produits de label. C'est aussi s'apercevoir que la question des matières premières n'est pas la seule importante. La façon de cuisiner, qui peut-être extrêmement simple, l'est également. Quand on cuit, quand on assaisonne, quand on construit les plats, il est possible de faire plus économique même si les produits sont plus chers. »

#### **Pour les protéines végétales, les cuisiniers sont-ils difficiles à convaincre ?**

« Le repas végétarien, devenu obligatoire avec la loi Egalim, est pour beaucoup un fardeau. Ils ne savent pas comment faire et ça ne correspond pas à leur culture. Mais très



Cuisinier et formateur, Gilles Daveau a accompagné des centaines de milliers de restaurants collectifs dans l'incorporation de légumes et protéines végétales plus nombreux.

PHOTO : ANA TEIXERA

vite, dans une journée de formation, on a des regards qui pétillent parce qu'on vient reconnaître leur métier, leur rôle et surtout leur apporter des solutions pour faire plus de cuisine maison. L'incorporation de lentilles, de haricots, de graines de céréales devient un truc très simple et gourmand. »

**Autrefois marginale, ce discours s'est beaucoup répandu. Comment observez-vous l'évolution de son audience ?**

« Quand j'ai commencé dans les années 80, il fallait mettre un pied dans la porte. Susciter l'envie, l'intérêt pour les aliments végétaux... J'ai eu la chance que ça marche tout de suite, sans doute parce que je n'ai jamais versé dans le discours écologique punitif. Aujourd'hui, l'agriculture biologique s'est installée dans le paysage alimentaire, son accessibilité aussi. Ce n'est plus seulement l'air du temps, c'est un axe de réorientation sociétale fort. »

**Mieux manger, insistez-vous, passer par plus d'autonomie. Pourquoi ?**

« C'est un élément clef de la pédagogie et du réseau d'animateurs que nous constituons en France sous le nom de Mouvement des cuisines nourricières. On n'est pas sur une

pédagogie des recettes mais sur l'idée d'aider les gens comprendre ce qu'ils font quand ils cuisinent. Cuire un légume, une viande, construire un gâteau, une tarte, une galette, un gratin en fonction des légumes du moment. Ce sont des techniques très simples mais qui doivent être comprises pour que les gens aient la liberté de les adapter

eux-mêmes à leur culture, aux goûts de la famille ou à ce qui reste dans le frigo. »

Yves BOITEAU

(1) « Le Manuel de cuisine alternative » (2014, Actes Sud) ; « Manger moins (et mieux) de viande » (2017, Actes Sud) ; « Cuisiner simple et bon » (2019, Actes Sud)

## A SAVOIR

### Permaculture en centre-ville

Développé au milieu des années 70 en Australie, le concept de permaculture a fait son chemin ces dernières années dans de multiples jardins particuliers, devenus terrains d'expérimentation de ses principes, inspirés des écosystèmes naturels. Près de Cholet, la permaculture est aussi le fil rouge du centre d'information et d'initiation au jardinage naturel créé à Yzernay par Philippe et Béa Bochereau sous le nom des Jardins Kit'Eco. Ce sont leurs liens avec Le Passage culturel qui ont donné naissance aux Rencontres autour de la permaculture, organisées aujourd'hui et

demain, place Rougé. Philippe Bochereau y animera lui-même des séquences d'initiation à la permaculture (10 h 30, 14 h, 15 h et 16 h) sur les deux jours. Le cuisinier et formateur nantais Gilles Daveau sera présent lui samedi pour des temps d'échange autour de l'alimentation, de la place des légumes, légumineuses et autres céréales dans nos assiettes. Enfin, Jérôme Jullien, un autre spécialiste du jardin, sera présent lui aussi samedi pour dédicacer ses ouvrages.

Programme détaillé sur [www.passage-culturel.com](http://www.passage-culturel.com).