

LTHS à la Tablée des chefs

 lechodelatuque.com/communaute/lths-a-la-tablee-des-chefs


13 décembre
2018



CUISINE. Les élèves du secondaire de La Tuque High School (LTHS) mijotent un projet fort intéressant cet automne. L'école est l'une des trois institutions d'enseignement anglophone de la province à avoir obtenu le privilège de participer aux brigades culinaires de la Tablée des chefs. La Tablée veut d'abord inculquer aux jeunes des techniques de base en cuisine et des principes de saine alimentation. Ainsi, chaque mardi, les jeunes se retrouvent à la cafétéria de l'école pour cuisiner avec leur mentor, Nathalie Cloutier, une ancienne étudiante de LTHS qui possède une formation de chef cuisinière. Les brigades culinaires s'activent autour de trois grands axes. Au niveau social, elles préparent une grande corvée alimentaire pour offrir des denrées à des organismes d'aide alimentaire de la région. La notion de saine alimentation les réfère à des collations nutritives. Figure également un aspect multiculturel où les brigades organisent une foire multiculturelle et préparent des recettes en lien avec un pays, qui seront présentées à l'ensemble des jeunes de leur école, pour leur faire découvrir de nouvelles saveurs. «La tablée est présentée majoritairement

dans les écoles francophones, établit Jeff Reed, agent de développement au Centre scolaire communautaire de LTHS. On voulait inclure les écoles anglophones». La Tablée des chefs finance les coûts d'acquisition des équipements et des aliments utilisés par les jeunes (grâce à leur partenariat avec IGA) dans leur apprentissage de la cuisine cette année. L'école a même pu se procurer de nouvelles cuisinières, pour faire cuire les aliments. Ce qui fait que l'activité parascolaire ne coûte absolument rien, ni à l'école, ni aux jeunes cuisiniers. «Ils m'ont contacté et m'ont demandé si notre école était intéressée à participer au projet. J'en ai parlé aux jeunes et la première journée, 18 étaient intéressés», ajoute Jeff Reed. 16 sont officiellement inscrits pour les 20 ateliers et les trois défis culinaires qui seront donnés par Mme Cloutier. **Des lasagnes pour les gens dans le besoin** Les ateliers ont pour but de leur permettre d'apprendre. L'un d'eux avait un objectif plus communautaire, soit de préparer des repas pour des gens dans le besoin. Lors du passage de l'Écho de La Tuque, les jeunes cuisiniers venaient de préparer 55 grandes lasagnes végétariennes équivalant à huit portions chacune. Ces aliments ont été donnés à différents organismes d'aide alimentaire de La Tuque, dont la Centrale de sécurité alimentaire. «Un autre projet sera de préparer un repas de Noël qu'ils partageront avec leurs parents», poursuit Jeff Reed. **Au provincial** Puis, en marge du Combat des brigades, les quatre équipes qui ont été constituées prépareront des repas qui seront jugés. L'équipe gagnante se retrouvera au niveau régional à Trois-Rivières, et si elle gagne, au provincial pour déterminer la meilleure brigade du Québec dans un événement de type «Iron chef» qui se tiendra à l'Institut de tourisme et d'hôtellerie du Québec. Mais au-delà de tout ça, les jeunes en retireront une expérience incroyable. Ils vont apprendre à cuisiner et vont être mieux préparés quand ils iront au Cégep s'ils vont à l'extérieur. Mais ça peut inspirer d'autres jeunes à choisir cela comme métier», propose M. Reed. Nathalie Cloutier est diplômée de l'Institut du tourisme et d'hôtellerie du Québec. Elle a servi en cuisine comme sous-chef dans des établissements réputés tels le Casino de Montréal, où elle a travaillé pendant quatre ans, dès l'ouverture, le club de golf le Mirage et quelques grands restaurants de la grande région de Montréal. Elle cuisine depuis l'âge de 13 ans. «C'est une belle organisation. La tablée des chefs veut restaurer le goût de la cuisine chez nos jeunes, qu'ils sachent comment faire à manger. Même avec un petit budget, n'importe qui peut se faire à manger», pense-t-elle. La coupe des légumes, des fruits, l'hygiène, la base de la cuisine leur sont enseignées. Au fil des prochaines semaines, la brigade cuisinera des plats santé en se basant sur le nouveau guide alimentaire. «Autant les pancakes, que les gratins de fruits de mer, en passant par le poulet cacciatore. Ils ont la chance de pouvoir goûter ici et d'amener leurs plats à la maison pour les présenter à leurs parents», expose également Nathalie Cloutier. «C'est vraiment le fun, on a appris de nouvelles choses, à cuisiner de nouveaux légumes. La semaine dernière, on a fait une salade de fruits avec du yogourt», a dit Mariane Allard, une élève de secondaire 2. «J'adore la cuisine, j'en fais parfois à la maison», mentionnait pour sa part Emerick Labbé, également en secondaire 2, qui prévoit retirer beaucoup de ces 23 semaines.

La Brigade culinaire de LTHS remporte les quarts de finale de la Tablée des chefs

 lechodelatuque.com/actualites/societe/la-brigade-culinaire-de-lths-remporte-les-quarts-de-finale-de-la-tablee-des-chefs

6 mai
2019



La fierté se lisait facilement sur les visages des membres de la Brigade culinaire de La Tuque High School (LTHS). Elle a remporté les quarts de finale du prestigieux concours régional de la Tablée des chefs, une compétition de cinq écoles, présentée en fin de semaine dernière à la polyvalente Val-Mauricie de Shawinigan-Sud.

La Tuque High School est sortie grande gagnante de cette compétition. 5 des 16 membres de la brigade, qui a pratiqué l'art de la cuisine toute l'année sous la supervision de la chef cuisinière, Nathalie Cloutier, ont choisi de faire partie de l'équipe qui s'en ira en compétition de la Tablée des chefs.

Pour le groupe, l'expérience a été stressante puisqu'il s'agissait de leur première participation à un tel concours. Mais les jeunes de 13 à 16 ans en auront retiré énormément. «On ne s'en allait pas là nécessairement pour gagner, mais pour avoir du plaisir», a dit une des membres de la brigade, Laurie Cloutier.

Les jeunes n'avaient pas de plat précis à concocter, mais devaient composer autour de trois ingrédients mystères. Ils ont préparé un tartare de truite, avec un sauté de chou-fleur et un pesto aux épinards.

À partir du moment où ils découvraient le panier mystère, ils avaient 5 minutes pour se faire un plan de travail et 55 minutes pour cuisiner et mettre en place trois assiettes identiques destinées aux chefs qui les jugeront.

Si le stress a été présent tout au long des opérations, l'attente du verdict des juges le fut tout autant. La décision a provoqué tout un effet de surprise : «On a pleuré, on était contents, on ne pensait pas de pouvoir gagner».

Les chefs leur ont aussi fait part de leurs bons coups et de leurs points à améliorer. Leur esprit d'équipe, la propreté, leur faciliter à mettre les éléments en valeur ont été soulignés par les chefs.

Leur grand esprit d'équipe a aussi été salué par leur enseignante de cuisine. «À la fin, on était l'équipe qui avait fini de ramasser, l'assiette montée, tout était terminé». Ramasser son matériel, faire la vaisselle font aussi partie du processus donc, c'est noté par les juges.

«C'était impressionnant de voir la qualité des plats qui pouvaient être montés par de jeunes étudiants. Il y a des adultes qui rougiraient de voir ça», fait remarquer, pour sa part, l'enseignante Isabelle Tousignant, aussi impliquée dans le projet. Les deux responsables du groupe les ont regardés travailler, mais n'avaient pas le droit d'intervenir.

La demi-finale

Tout n'est pas terminé pour la brigade culinaire de LTHS. Vendredi, en tant que représentants de la Mauricie, les jeunes affronteront en demi-finales des équipes championnes des régions de Lanaudière et des Laurentides. Les juges de la Brigade des chefs analyseront alors les plats présentés.

Puis, le 26 mai, en finale, l'Institut de tourisme et d'hôtellerie du Québec accueillera la grande finale provinciale, en présence de nul autre que Ricardo Larrivée.

Tout au long de l'année, les jeunes ont profité d'ateliers hebdomadaires en cuisine offerts par Nathalie Cloutier. L'expérience acquise est incalculable.

«On a tout appris, à partir de la façon de faire cuire un poulet, jusqu'à couper les légumes, la technique et à se faire confiance dans la cuisine, se laisser aller avec les saveurs, utiliser notre imagination, travailler en équipe, évoque Laurie Cloutier. On n'aurait pas pu se rendre si loin si Nathalie Cloutier n'avait pas été là».

«Les cours de cuisine vont nous aider quand on va être rendus au collégial, pour ne pas faire que des sandwiches au beurre d'arachides», fait remarquer Alexandre Mador, provoquant le rire de ses collègues.

«C'était le but premier. Il faut que les jeunes apprécient ce qu'ils mangent, enchaîne, Mme Cloutier. Dans des recettes, je faisais exprès d'enlever des items qu'il y avait sur leur fiche. Ils me disaient : il n'y en a pas. Qu'est-ce qu'on ferait pour le remplacer ?».

Même avec une cuisine rudimentaire, il y a moyen de faire de belles choses, font remarquer les deux responsables du groupe, qui voient bien d'autres écoles emboîter le pas.

C'est la réputation de polyvalence du Centre scolaire communautaire de LTHS qui aura permis l'adhésion de l'école à ce programme. Trois écoles anglophones du Québec ont adhéré et deux ont pu participer aux concours régionaux de la Brigade des chefs. Jeff Reed, à l'origine du projet est aussi fier d'avoir vu LTHS gagner les quarts de finale.

Les écoles Val-Mauricie, des Pionniers, Chavigny et des Estacades ont respectivement remporté de la 2e à la 5e position.

À main levée, c'est la meilleure équipe que j'ai vue

Nathalie Cloutier