

La Nouvelle Gazette (éd.Sambre et Meuse)

27.09.2010

Circulation: 7704

27cf43

Page: 12

1202

La Gazette

INSOLITE

# Le duel culinaire entre une aveugle et un Chef



Le chef Bourguignon (Le D'Arville) a accepté de se mesurer samedi à Monique, aveugle depuis trois ans, dans une joute culinaire: le pro a ramé...

■ VINCENT LORENT

Une initiative originale de la Ligue Braille: un affrontement culinaire entre Monique, aveugle depuis trois ans, et Olivier, Chef d'un restaurant gastronomique, sur le marché de Namur

**C'est un défi particulier qu'a relevé Olivier Bourguignon samedi à Namur. A l'initiative de la Ligue Braille, le chef du restaurant le D'arville, a accepté de réaliser une recette de cuisine, un bandeau sur les yeux.**

Samedi matin sur le marché de Namur. Face aux passants, deux cuisiniers réalisent une recette de scampis à la mode Thaï. D'un côté Olivier Bourguignon, chef au restaurant le D'arville, un bandeau sur les yeux. De l'autre, Monique Couchariere, non voyante.

Les deux cuistots vont s'affronter dans un concours d'égal à égal. Très confiant au départ, Olivier se trouve rapidement face à des difficultés insoupçonnées. *"J'ai vite compris que cela n'allait pas être facile. J'ai reçu les ingrédients une fois les yeux bandés. Heureusement, je suis familier avec la manipulation de ceux-ci, donc je les ai reconnus."* Jusque là, facile, mais les découper... moins drôle! Deux coaches sont présents pour les cuistots. Si celui de Monique observe en silence, celui d'Olivier à fort à faire. *"Faites attention à vos doigts, Monsieur Bourguignon. Organisez vous ou vous ne re-*

*trouvez plus vos ingrédients."* Décortiquer des scampis, couper des poireaux en bâtonnets, retrouver son matériel, ou doser les épices, autant de difficultés qu'Olivier affronte en gardant le sourire. Pour Monique, la tâche n'est pas facile non plus, mais on reconnaît l'habitude. Elle prend rapidement une lon-

### **LE CHEF A DU MAL À SUIVRE MONIQUE, AVEUGLE DEPUIS SEULEMENT 3 ANS**

gueur d'avance sur Olivier. Ses scampis sont déjà en train de frémir dans le wok alors qu'Olivier en est toujours à la découpe. L'état des deux tables est également parlant. Celle de Monique est propre et rangée, on ne peut pas en dire autant de celle d'Olivier.

Enfin, la recette se termine! Il aura fallu un peu plus d'une heure pour un plat somme toute très simple. C'est le moment de goûter. Les deux plats sont savoureux, mais c'est Monique qui remporte le titre de meilleure cuisinière à l'unanimité! Dosage des épices moins judicieux pour Olivier. Pas facile sans les yeux! «

**VALÉRIE BERTHOLET**



Une recette à réaliser les yeux fermés. ■

### **Scampis à la mode Thaï.**

■ > **les ingrédients:** 400gr de scampis - 4 cuillères à soupe de curry - 2 poireaux - 4 échalotes - 1 poivron jaune - 1 verre de jus d'ananas - 1 pomme - 2 cuillères à soupe de sucre brun - poivre - huile d'olive - coriandre - 1/2 cube de bouillon de poule - 1 cuillère à café de gingembre frais - Maizéna

> **La recette:** Décortiquez les scampis. Roulez les dans la poudre de curry et laissez reposer au frigo. Découpez les légumes en bâtonnets. Faites revenir les échalotes dans le wok, puis ajoutez les poireaux, les pommes, le jus d'ananas, et le sucre. Ajoutez le bouillon, le gingembre et épicez. Déposez les scampis et laissez mijoter doucement.



## COMPARAISON

# "C'est très fatigant de se concentrer avec ce bruit"

### Perturbant: le bruit



OLIVIER  
BOURGUIGNON,  
CHEF

> Le dosage: pas facile. "On ne perçoit pas la quantité d'épices que l'on ajoute. C'est très compliqué. Du coup je suis resté très prudent."

> L'organisation: incontournable. "Si on dépose les ingrédients une fois à gauche une fois à droite, on est rapidement perdu. Il faut chercher avec la main, deviner au toucher. Chaque chose doit être à sa place."

> Les bruits: perturbant: "Ce qui m'a frappé ce sont les bruits autour de moi. J'avais l'impression d'être dans une gare. Difficile de se concentrer quand l'ouïe est en permanence stimulée. C'est très fatigant"

### Tout ré-apprendre



MONIQUE  
COUCHARIERE,  
NON-VOYANTE

> Aveugle du jour au lendemain: "J'ai perdu la vue suite à une tumeur. Je n'ai pas eu le temps de m'y préparer. Ce sont tous les petits gestes de la vie quotidienne qu'il faut ré-apprendre. Même se brosser les dents devient un acte compliqué."

> Tout est marqué: "Dans la cuisine, on a collé des inscriptions en Braille un peu partout, pour que je reconnaisse chaque chose".

> Les petits détails: "Vous avez déjà pensé au thermostat de votre four par exemple? Comment savoir à quel moment il est sur la bonne température? On ne connaît pas les boutons par coeur."

## Les bons légumes

### PRÉSERVEZ VOTRE VUE!

> C'est dans le cadre de l'action "Les fruits et légumes c'est bon aussi pour la vue" que la Ligue Braille a invité Olivier Bourguignon et Monique Couchariere à venir cuisiner sur leur stand ce week-end.

> Vos yeux apprécient aussi une alimentation équilibrée. Les fruits et les légumes sont source de bonne santé pour vos yeux aussi.

> Les fruits et légumes contiennent de puissants anti-oxydants qui permettent de neutraliser les effets du tabac, alcool, rayons ultra-violets, pollution, etc., responsables au fil du temps de certaines lésions irréversibles.

> Les fruits et légumes ne sont pas curatifs: Manger des fruits et légumes ne permet malheureusement pas de guérir la cécité. L'effet est préventif. Cela limite le risque d'apparition de certaines maladies visuelles liées au vieillissement telles que la dégénérescence maculaire liée à l'âge (DMLA) ou la cataracte.