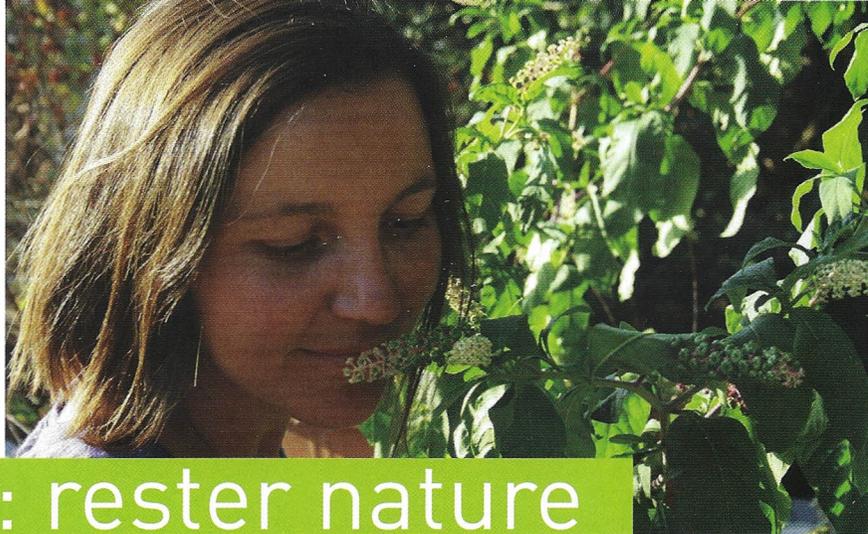


Céline Mennetrier

Sa recette : rester nature



Petite, Céline Mennetrier adorait plus que tout gambader dans le potager de ses grands-parents pour aider à l'arrosage, à la cueillette ou au nettoyage des plantations. Un jeu tellement nourrissant qui forge l'âme d'enfant qu'elle a su conserver de manière naturelle. Ainsi, les légumes et les fruits de saison elle aime les agrémenter, les partager et les déguster au fil des jours. La cuisine justement, un endroit emprunté à ses parents pour confectionner et inventer des plats et des desserts, en toute simplicité. Son père et sa mère lui ont amoureuxment transmis ainsi qu'à sa sœur « le plaisir de manger, l'envie et le besoin de cuisiner ». Pour Céline, pas question de s'embrouiller la tête. La nature est tellement riche de saveurs et de produits qu'il n'est guère nécessaire de partir dans

des recettes trop compliquées. Mère au foyer, si par passion elle passe du temps derrière ses fourneaux, elle déborde de conseils et d'astuces pour cuisiner facile, rapide et bon, en s'inspirant de recettes traditionnelles et régionales tout « en piochant dans la blogosphère culinaire ». Faire de sa table « un lieu de partage pour mes trois enfants, mon homme et nos amis » est son crédo.

Parce que, quel que soit le temps dont on dispose, l'essentiel ce sont les produits et la manière dont on les accomode. Et si un bon plat se partage, sa conception tout autant. Un principe que Céline concrétise avec son blog (voir ci-dessous) où elle propose recettes et conseils. Autre étape de sa table partagée, un livre consacré aux gâteaux au yaourt « variations bio », dans une nouvelle collection des Editions La Plage et pour lequel elle a inventé les recettes rigoureusement testées par ses enfants.

Mais Céline, dans une charmante timidité faite de fraîcheur, ne veut pas en rester là. Le Conseil d'administration de l'Union de quartier Championnet/Bonne/Condorcet l'a en effet coopté alors qu'elle avait envie de s'engager dans la création d'une Amap dans notre village au cœur de ville. Une quoi ? Une association pour le maintien d'une agri-

culture paysanne dont le principe est de « favoriser l'agriculture paysanne et biologique et de créer un lien direct entre paysans et consommateurs, qui s'engagent à acheter la production de celui-ci à un prix équitable et en payant par avance ». En quête de consommateurs (une vingtaine sont déjà intéressés), Céline cherche également des volontaires pour l'accompagner dans cette création, ainsi que des producteurs locaux en fruits, légumes, laitages... (N'hésitez pas à la contacter). Car l'objectif est de pouvoir proposer des produits frais et bon, « issus de l'agriculture biologique ou non, de qualité, issus d'une agriculture raisonnée et de la région ». L'idée avance. Septembre, les enfants ont repris le chemin de l'école ; Céline peut se consacrer pleinement à ce nouveau projet. Ainsi, l'Amap Championnet pourrait dès mars 2012, outre proposer chaque semaine ses paniers aux adhérents, offrir les conseils éclairés et éclairant de Céline et d'autres cuisinières du quartier, afin de préparer et cuisiner tel ou tel met et tisser de nouveaux liens. Une manière pour elle de retourner dans le jardin du grand-père accompagnée de tous ceux qui le souhaitent, des projets plein la tête et des idées plein les mains. Céline Mennetrier aborde ainsi ce nouveau siècle fait d'incertitudes en faisant référence aux principes de base. Apprendre et comprendre pour vivre, rire et manger, jouer et partager. Sa recette : rester naturelle, rester nature.

Luc Quinton

Pour la contacter : contact@artichautetcerisenoire.fr **Son blog :** <http://artichautetcerisenoire.fr> **www.reseau-amap.org** **Son livre :** **Gâteaux au yaourt** (édit. La Plage)

Pour 4 personnes en accompagnement d'un plat de céréales (boulghour, semoule de blé, petit épeautre,...)

- 3 grosses betteraves crues
- huile d'olive
- piment d'Espelette
- sel et poivre

Préchauffer le four à 180°. Peler les betteraves à l'économie, puis couper en rondelles de 1 cm, puis couper les rondelles en 4 morceaux. Déposer dans le lèche-frites, les morceaux de betteraves. Les humecter d'eau et les arroser d'un filet d'huile d'olive, les saupoudrer de sel, de poivre et d'une pincée de piment d'Espelette. Enfourner pour 50 minutes. Servir à la sortie du four.

Les betteraves ainsi cuites sont fondantes tout en conservant leur fermeté. Le piment d'Espelette réveille la douceur du légume. On peut de la même manière faire rôtir des carottes ou des radis noirs et varier les épices (poivre, cumin, coriandre, ...).

