



PORTRAIT

Chef Maxime Courault

Haute-Savoie

Originaire de Fontainebleau, Maxime Courault est arrivé en Haute-Savoie en 2009. Du haut de ses 28 ans, il est passé par plusieurs restaurants gastronomiques pour enfin occuper le poste de Chef de production dans 2 établissements d'accueil pour personnes handicapées vieillissantes, et ce depuis 2012. Au Foyer du Moulin à Allinges et à la Cuisine centrale APEI, il supervise les cuisines, y apporte ses savoir-faire et confectionne des plats pour des pensionnaires dont il apprécie la reconnaissance, l'expressivité et l'énergie ! Sa rigueur lui a permis de remporter la Finale départementale en Haute-Savoie et le mène tout droit vers la Finale nationale à Paris ! Ses petits plus pour la Finale ? Sa minutie et le soutien de ses résidents !



Etes-vous originaire de la région ? Où exactement (ville, département) ?

Je suis originaire de Fontainebleau en Seine-et-Marne. J'y suis resté jusqu'à mes 20 ans avant d'aller en Haute-Savoie. J'y suis descendu suite à une opportunité de travail sur Genève.

J'y ai bossé un an, en restauration collective : un peu de restauration traditionnelle et gastronomique, mais ça me faisait trop de route, de bouchons. J'ai donc privilégié la qualité de vie en recherchant un travail sur la Haute-Savoie.

Pour combien de résidents cuisinez-vous au quotidien ?

Je travaille pour deux sites en même temps.

- Le Foyer du moulin à Allinges, qui est une cuisine centrale. Production de 90 repas consommés sur place et 90 repas livrés. Sur le site d'Allinges, je travaille en binôme avec Jean-Marc, qui m'a bien accompagné dans ce concours.
- La Cuisine centrale APEI, 750 repas jours pour les enfants. Je travaille dans une équipe cuisine de 18 personnes dont 12 sont des personnes handicapées dépendantes.

Je peux faire jusqu'à 3 Allers-retours entre les deux sites dans la journée.

Pourquoi être devenu cuisinier ?

Ça vient de mon Grand-père, qui était également cuisinier au sein d'un lycée à Fontainebleau dans lequel ils préparaient 900 repas par jour.

J'allais le week-end chez mes grands-parents. Il y a toujours un peu de transmission, en le regardant faire, il me donnait des astuces et des techniques.

Quel a été votre parcours professionnel ?

J'ai commencé par un CAP cuisine à Fontainebleau, suivi de deux apprentissages : 6 mois à l'Hôtel Mercure puis 1 an et demi à la Clé d'or, un grand hôtel gastronomique de Barbizon, le « village des peintres », près de Fontainebleau.

J'ai ensuite travaillé 1 an au sein du restaurant gastronomique Les Prémices à Bourron-Marlotte, qui à 2 fourchettes au Guide Michelin.

Avez-vous déjà participé à d'autres concours gastronomiques ?

Un seul, l'année dernière. Le concours la FRAICH'ATTITUDE, en interne au sein des cuisines de Sud Est Restauration, la société de restauration qui m'emploie. C'est un concours pour promouvoir les fruits et légumes au sein de S-E-R. On est arrivés premiers avec Jean-Marc, sur les 9 établissements qui participaient dans la catégorie « Personnes âgées ». L'autre catégorie étant celle des « Enfants »

Qu'est-ce que vous aimez cuisiner (quels ingrédients, quels plats) ?

Les sauces, en générale, avec une bonne viande toute simple. C'est ce qui apporte toute sa saveur au plat.

Que peut-on cuisiner pour vous faire plaisir, votre plat préféré ?

Le magret canard, qui est une viande super onctueuse.

Qu'est-ce que ça vous apporte de cuisiner pour les personnes âgées ?

Beaucoup de choses !

J'ai de la chance de travailler avec des personnes âgées dans le milieu du handicap. Ce sont des personnes très reconnaissantes, très expressives. Elles sont toujours contentes, si tu fais un truc nouveau, elles sont contentes et te le rendent tout de suite.

On est sur un public plus jeune que dans les maisons de retraites classiques. Ils bougent et mettent l'ambiance !

*

Comment vous qualifieriez-vous ? On dit que vous êtes...

Très organisé ! Minutieux, sympathique.

Et qu'aimez-vous faire en dehors de la cuisine ? (Sport, musique, lecture, cinéma...)

Du sport, notamment du fitness. J'en fais tous les jours pendant 2h. Ça aide à évacuer le stress. Avant j'étais quelqu'un de très nerveux et le fitness m'aide à me canaliser et me concentrer.

*

Comment avez-vous vécu les premières épreuves du concours Silver Fourchette ?

D'abord, l'avant-première a été un super moment, avec l'implication des résidents dans la confection des repas : réalisation des tartes à la myrtille et l'épluchage des pommes de terre pour les beignets de pommes de terre, une spécialité haut-savoiarde. On leur a remis des diplômes d'éplucheurs de pomme de terre, c'était super chouette !

Silver Fourchette a vraiment été une aventure d'équipe, avec Jean Marc, mon binôme cuisinier au sein du foyer et Bertrand Maquart, mon responsable chez Sud Est Restauration. Si tu n'as pas d'équipe, tu n'avances pas.

J'étais à la fois pressé d'aller sur les épreuves et en même temps stressé de me lancer. Si on se loupe, c'est quand même sa réputation qui est en jeu. Passer la première épreuve et être sélectionné pour la finale départementale, c'était un soulagement.

Puis la finale s'est super bien passée, à l'AFPA. Commis super, l'équipe de l'AFPA super. Quand je me suis entraîné pour la préparation de mon plat avant la finale, à chaque fois mes tests étaient loupés au niveau de la cuisson de la viande. Et lors de la finale, j'ai enfin réussi la cuisson que je voulais !!

Sur les deux épreuves, la pédagogie dont vous avez fait preuve envers vos commis a été remarquée et très appréciée. Or vous étiez le candidat le plus jeune. Vous pouvez nous expliquer ?

J'encadre 22 personnes dans les deux cuisines dans lesquelles je travaille, dont 12 professionnels handicapés. Je passe donc mon temps à expliquer, vérifier le travail des autres. Ça fait partie de mon métier, cette pédagogie, le relationnel.

C'est très important, surtout sur un site où l'on produit autant de repas. Par exemple, on cuit 50 kilos pâtes d'un coup, ça demande une vraie organisation. Ça va très vite. On a des marmites de 230 litres, une sauteuse de 250 litres, par exemple.

Vous avez travaillé en brigade avec un jeune, quel mot d'encouragement donneriez-vous aux jeunes en formation ?

Toujours prendre 5 min avant d'attaquer et s'organiser avant de faire quoi que soit.

Je m'aide beaucoup de fiches. C'est ce qui m'a bien été pour ma finale d'ailleurs. Il nous restait 30 min. On avait tout fini. J'ai repris mes fiches pour faire le point et là je m'aperçois que j'ai complètement oublié de préparer la sauce !

Comment ressentez-vous le fait de représenter votre département lors de la finale ?

C'est un grand honneur !

Je ne m'en rendais pas compte au début. Mais le fait qu'il y ait des subventions en jeu, des aides financières pour nous permettre de vivre ça... On se rend compte qu'on est soutenus et pas par n'importe qui.

Dans quel état d'esprit êtes-vous à l'approche de la finale ?

Stressé et très impatient !

Quel est votre atout pour réussir ?

Bonne question ☺ Le soutien des résidents je dirais

*

Pour conclure, que pensez-vous du concours Silver Fourchette ?

Super concours, très intéressant. Bien organisé, une très belle démarche pour les résidents.

Comment décririez-vous Silver Fourchette en trois mots ?

Joli concours de gastronomie à petit prix

Et enfin, la cuisine pour vous c'est...

Une passion

Un art de vivre