



## PORTRAIT

### Chef Clément Montigny

#### Cher

Issu d'une famille d'agriculteurs, le Chef Clément Montigny a toujours été séduit par le produit brut et les valeurs gustatives et nutritionnelles qui lui sont propres. Depuis très jeune, il cultive ses propres fruits et légumes et laisse libre à son inspiration pour préparer de bons et jolis plats. Chef en EHPAD depuis 4 ans, Clément cuisine 450 repas par jour pour des personnes âgées qu'il affectionne tout particulièrement. Ce qui lui est cher, c'est l'échange avec les seniors et la convivialité. Il aime leur apporter du plaisir gustatif et visuel à chaque déjeuner ou dîner. Après avoir remporté les épreuves départementales dans le Cher, le Chef Clément Montigny se prépare à mettre en valeur les produits du terroir pour gagner la Finale Nationale !



#### **La cuisine c'est votre vie, qui vous a transmis cette passion ?**

Je suis issu d'une famille d'agriculteur. Récolter les asperges, les fraises, les pommes, les poires, en fonction des saisons, c'est ce qui a forgé mes valeurs. Se fier à l'heure du soleil et non de la montre. C'est le produit qui m'a donné envie de cuisiner. Et derrière chez moi, j'ai mon jardin. Et c'est moi qui fait à manger à la maison. Ma femme ne touche pas une poêle.

#### **Quel a été votre parcours professionnel ?**

J'ai passé mon bac en 1998. En 2002, j'ai intégré le Méridien Etoile à Paris. Ayant de la famille à Biarritz, j'ai pu travailler à l'hôtel du Palais. La Baule, et environs 10 saisons entre Saint-Tropez, Courchevel, Tignes. Et ensuite, je suis revenu aux sources. Et j'ai travaillé dans deux Ehpad. Et depuis 4 ans, à Ansamble (filiale d'Elior). C'est pleinement enrichissant. La cuisine, c'est un travail ingrat sur le rythme de vie. La restauration collective permet de trouver une alternative entre la vie privée et professionnelle.

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

Je ne suis pas pâtissier. C'est vraiment un métier. A l'école hôtelière, on apprend les bases de la pâtisserie. Ce n'est pas mon dada. Même si j'arrive à sortir des choses de mon imagination. Je travaille davantage les viandes, les sauces. J'étais saucier dans les grands hôtels. La cuisine permet de se laisser inspirer. La pâtisserie est très technique. Ce sont deux métiers différents. Mais il faut les deux pour bien manger.

**Avez-vous un Chef cuisinier préféré ? Y-a-t-il un Chef qui vous inspire ?**

Paul Bocuse m'inspire. Je m'en étais inspiré pour la finale. Une cuisine du terroir avec des valeurs. Je n'ai jamais travaillé pour lui. J'ai fait le festival des étoilés à Mougins.

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

Une viande, un petit jus, une garniture simple avec des pommes de terre nouvelles. Voire même un pot-au-feu, une blanquette de veau. Mais je peux aussi aller loin avec des idées.

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

Ce sont des gens comme vous et moi. Ils demandaient souvent des choses simples. Il y a une image de la maison de retraite où l'on pense que ce n'est pas bon. Il y a des gens qui font bien leur boulot au quotidien. J'avais de bon retour de mes résidents. Et pour moi, c'est important. Le premier but recherché c'est de la convivialité. Si le cuisinier peut apporter du plaisir gustatif et visuel, et échanger, c'est important.

\*

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

Organisé, détendu, mais je suis très rigoureux, très organisé. Je n'aime pas les trucs de dernière minute mais j'arrive à m'adapter. J'essaie de suivre mes tâches quotidiennes, je ne suis pas envahi. Etre organisé m'apaise. Mais il faut se donner les moyens de réussir. Se donner les moyens et persévérer.

\*

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

Je suis impatient. Dès que j'ai su quel serait le thème, je me suis tout de suite mis à la constitution des recettes. Je compte les jours et je calcule. J'ai passé les commandes pour m'entraîner.

**Quel est votre atout pour réussir ?**

Je ne sais pas. Mon équilibre de vie en général. Les valeurs que m'a transmises ma famille. Mon épanouissement du quotidien. C'est mon équilibre de vie professionnelle et personnelle.

\*

**Comment décririez-vous Silver Fourchette en trois mots ?**

Accompagnement, solidarité et c'est enrichissant humainement.

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

Pas un boulot facile mais j'aime ça. Ça m'a fait avancer.