

Pour la première fois, une classe valaisanne participe à un concours suisse de cuisine avec des seniors. Des élèves du cycle d'orientation de Saint-Guérin à Sion réalisent des recettes avec des aînés. Pour le plaisir et pour participer à la Fourchette verte intergénérationnelle. Aucune classe du canton n'y avait jamais pris part.



Françoise Nicolet (75 ans) a accepté de participer à ce moment de cuisine, à la demande de sa petite-fille Océane. (Louis Dasselborne)

Charly Jacquier (13 ans) est au taquet. «Et c'est parti pour la confection du tiramisu à l'orange!» s'enthousiasme cet élève du cycle d'orientation de Saint-Guérin à Sion, en sortant les ingrédients nécessaires sur le plan de travail de la salle dédiée aux cours de cuisine. Avec quasiment tous les camarades de sa classe, il a accepté de réaliser des recettes avec des aînés. Pour le plaisir d'abord, mais aussi pour participer au concours suisse Fourchette verte intergénérationnelle.

C'est la première fois qu'une classe valaisanne se lance dans ce concours national. Pro Senectute Valais a lancé un appel aux aînés intéressés. «Quelques seniors se sont tout de suite inscrits», remarque Marie-Christine Sanchez, animatrice. «Certains élèves ont aussi demandé à leurs grands-parents de participer», raconte Tèrese Arona, titulaire de la classe. Dix-neuf jeunes et neuf seniors ont accepté de tenter cette aventure gourmande. Des groupes ont ensuite été constitués, composés de deux ou trois adolescents accompagnés d'un aîné.

Recettes validées par Fourchette verte

Toutes les recettes proposées ont dû être validées par la Fourchette verte. «Nous avons transmis des conseils aux équipes inscrites afin que les mets soient le plus possible équilibrés et durables, en encourageant à opter pour des options végétariennes, des produits locaux et de saison et en proposant des alternatives de desserts à base de fruits et/ou de produits laitiers», explique Elisa Domeniconi, codirectrice de la Fourchette verte.



France Anthoine (69 ans) et deux élèves en pleine réalisation de tacos. (Photo: Louis Dasselborne)

Des mets réalisés hors du temps scolaire, comme mercredi dernier dans l'après-midi. Ce jour-là, dans les cuisines du cycle d'orientation sédunois, l'ambiance était chaleureuse. Sept élèves et trois aînés se sont attelés à la tâche, s'appliquant à confectionner les mets prévus en deux heures.

Chaque groupe tenait à cœur de réussir sa recette originale. Au menu des marmitons: des capellini (sorte de pâtes) au bœuf à la sauce basilic pour l'un des groupes, de la viande panée, des fagots de haricots et des tomates au four pour un autre, ou encore des tacos revisités pour le troisième groupe. Sans oublier quelques desserts, comme du tiramisu à l'orange ou des pommes au four.

Transmission importante

Les élèves ont parfois dû adapter leur recette au fil de son élaboration. «Comme ils devaient travailler avec des produits locaux et de saison, ils ont dû faire appel à leur esprit critique», raconte Isabelle Emery, enseignante d'économie familiale, également investie dans le projet.



Alphonse Jacquier (71 ans) a accompagné son petit-fils (à droite) et deux autres de ses camarades pour cet après-midi de cuisine. Photo: Louis Dasselborne

Des exceptions ont cependant été possibles, comme le tiramisu à l'orange qui n'est pas un dessert équilibré à 100%. «L'élève qui l'a proposé y tenait beaucoup, car c'est son grand-papa qui fait cette recette à Noël et il voulait absolument la réaliser avec lui. Nous avons tenu compte de la transmission qui est importante», explique Isabelle Emery.

C'est l'occasion d'expliquer à ces jeunes deux ou trois recettes anciennes.

FRANÇOISE NICOLET, SENIOR

Les seniors ont apprécié ce moment de complicité avec les jeunes. A l'image de Françoise Nicolet (75 ans) qui s'est laissé convaincre par sa petite-fille Océane. «C'est un bon moment de partage avec elle. C'est l'occasion d'expliquer à ces jeunes deux ou trois recettes anciennes», a confié l'aînée en préparant les pommes au four. «C'est la première fois de ma vie qu'on goûtera ça», ont répondu Océane et sa camarade de classe.

Les aînés ont tous salué l'enthousiasme des adolescents. «Ils se débrouillent très bien, regardez», a relevé Alphonse Jacquier (71 ans) en observant le travail des trois jeunes de son groupe. «Ils vont faire eux-mêmes les fajitas», s'est réjoui de son côté France Anthoine (69 ans) en accompagnant deux élèves pour la réalisation des tacos.