

Des « Dîners tranquilles » pour ne plus avoir à cuisiner tous les soirs

Qui n'a pas rêvé de se mettre à table tous les soirs sans avoir à se préoccuper du repas ? Qui n'a pas envie de partager ce moment en famille ou entre amis, sans passer une partie de la soirée en cuisine ? Pour que la préparation du dîner ne soit plus un casse-tête, le créateur de saveurs, Laurent Sicre, cuisine à votre place.

Parlez-nous de Dîners tranquilles...

« J'entends quelquefois des parents se lamenter de manquer d'imagination et d'éprouver un grand sentiment de solitude devant les rayons alimentaires. Le sempiternel "qu'est ce qu'on mange ce soir ?" peut générer un stress et une forme de culpabilité de proposer souvent la même chose. C'est pour répondre à ce dilemme qu'a germé l'idée de proposer de cuisiner à leur place pour que le repas du soir soit tout sauf une corvée. C'est une notion de service associé au plaisir de la découverte gustative. Je prépare exclusivement des produits de saison, j'ajoute la petite touche qui fera la différence et je m'adapte aux besoins de chacun. C'est la tranquillité à la maison ! »

Concrètement, comment cela se passe ?

« Les recettes sont proposées via les réseaux sociaux Facebook, Instagram, les commandes se font par mail ou par téléphone d'une semaine sur l'autre. Du lundi au mercredi pour la semaine suivante. Le plus facile étant de me contacter par mail afin de recevoir la carte des menus (clickandeat.lsicre@gmail.com). Nous



Laurent Sicre dans son atelier avec Flavie Carron, étudiante en alternance et Anne-Sophie Labourdette, au centre, cliente adepte du concept. Photo Progrès/Laurence SACCU

avançons sur le développement d'une structure de commande sur notre site et sur une cadence identique. »

Que trouvera-t-on à la carte ?

« Pour chaque soir, une recette différente composée d'un plat et d'un légume est proposée et chaque semaine deux recettes végétariennes, deux viandes et une recette de poisson peuvent être choisies. Ce sont des plats élaborés avec des produits de saison et locaux dans notre Atelier Culinaire. Les ingrédients sont tous dissociés pour permettre un assemblage personnalisé et sont emballés individuellement sous-vide, donc facile à transporter et à stocker au frais. La composition tient

compte des intolérances, des allergies mais aussi des envies et des goûts de chacun. »

Comment récupère-t-on les plats ?

« Pour l'instant, je ne propose pas de livraison à domicile mais c'est à l'étude. Les retraits se font le lundi et le jeudi à partir de 16 h et jusqu'à 18 h dans mon laboratoire à la pépinière de Sacuny. Le prix du repas est de 12 € par personne. »

Recueilli par notre correspondante,
Laurence SACCU

Atelier Culinaire : 108, rue Barthélémy-Thimonier. Clickandeat.lsicre@gmail.com Facebook, Instagram : Laurent Sicre. Tél. 04.81.13.20.07.

« Les soirées en cuisine, c'est fini »

« Je ne suis pas une grande cuisinière. Mon mari et un de mes enfants sont intolérants à beaucoup d'aliments, raconte Anne-Sophie Labourdette, mariée, trois enfants, qui réside à Chaponost. Pour moi, les courses, c'est un vrai casse-tête car je privilégie les produits frais et les petits commerces, donc beaucoup de temps perdu en déplacement et en files d'attente. Et établir des menus à l'avance et devoir y consacrer une heure chaque soir, ça me pèse. Cela faisait longtemps que je cherchais, en vain, ce type de service, des plats équilibrés et savoureux à base de produits frais, et grâce à Laurent Sicre, j'ai enfin trouvé. Depuis le mois de mai, je commande tous les repas du soir et ça me change la vie. J'avance dans ma journée sans me préoccuper de la logistique de la soirée. Chaque composante de la recette est emballée séparément, ce qui permet de répondre aux besoins de chacun en tenant compte des intolérances et préférences. La petite touche personnelle qu'apporte Laurent dans la conception des plats est un vrai plaisir pour nos papilles. On a des consignes de réchauffage et de dressage, on assemble et c'est prêt. Nos dîners sont devenus des vrais moments de plaisir partagés sans contraintes. »