

Saint-Jean-le-Thomas

Une cuisine plus saine et au naturel



Pascale Turmel, en cuisine de l'Hôtel des bains, est à recherche de nouvelles saveurs aux côtés de Jean-Noël Motay, venu lui apporter ses conseils.

PHOTO: OUESTFRANCE

À l'Hôtel des bains, institution familiale qui perdure depuis les années 1930, Pascale Turmel est en cuisine et ces derniers jours, elle avait à ses côtés Jean-Noël Motay. Il est venu prodiguer ses conseils pour aller vers une cuisine au naturel, plus saine.

« Nous n'allons pas changer la carte radicalement, assure Pascale Turmel. On reste sur de l'existant, mais il faut offrir une alternative à nos clients qui sont de plus en plus nombreux à la recherche de nouvelles saveurs, soucieux de leur santé et de l'environnement. »

Une cuisine ouverte sur le monde

Formateur en alimentation végétale au sein de la coopérative de l'économie sociale et solidaire Élan Créateur, basée à Rennes, il propose « une offre construite et gourmande avec des alternatives simples et locales aux sensibles, intolérants, allergiques au gluten par exemple mais aussi des alternatives à la viande, aux poissons, aux produits animaux ». Cuisiner davantage de légu-

mes, légumineuses, céréales en privilégiant les produits locaux est la base de cette formation qui permet également « la découverte des cultures culinaires lointaines, du Japon, d'Inde, entre autres, avec des saveurs apportées par les épices comme le curry, le gingembre et bien d'autres », souligne Jean-Noël Motay. Ses formations s'adressent à des boulangers, des traiteurs, des associations, des particuliers et bien entendu aux restaurateurs.

Le mode de cuisson douce « est aussi une nouveauté » pour Pascale Turmel. Après avoir fait une tarte aux pommes à base de farine de riz et de maïs, c'est un financier qui est concocté avec des haricots verts mixés, « on utilise les légumineuses, plus digestes ». Pour Jean-Noël Motay, « garder cette gourmandise est un défi, un enjeu. C'est aussi se nourrir l'esprit à travers un moment de convivialité ».

Renseignements, sur www://jean-noel-motay.fr et <https://www.hdes-bains.fr>.