

«*Quand on sait cuisiner, on est déjà riche en soi*»

– Jean-François Plante

LE DERNIER VOLET DE SA TRILOGIE BISTRO ARRIVE ENFIN. *MÉTRO, BOULOT, BISTRO*, DE JEAN-FRANÇOIS PLANTE, PRÉSENTE DES RECETTES SIMPLES ET RAPIDES. CHEF, RESTAURATEUR ET PÈRE, IL TENTE DE TRANSMETTRE SA PASSION POUR LA GASTRONOMIE À SES ENFANTS ET ESPÈRE MÊME QU'ILS PRENDRONT UN JOUR LA RELÈVE DE SES RESTAURANTS.

Jean-François peut compter sur deux aides-cuistots en devenir lorsqu'il cède un peu de son territoire. «J'avoue que, comme bien des chefs, je suis un peu un *control freak* dans ma cuisine, admet-il avec humour. J'essaie d'intégrer le plus possible mes enfants, Édith, 12 ans, et Émile, 10 ans. Ils sont très curieux et ils aiment découvrir la bouffe. Mes enfants mangent de tout; ils apprécient tout, ils sont gourmands. Ils ont la chance de goûter à différents plats et aliments. Depuis qu'ils sont petits, je n'accepte pas qu'ils disent d'un plat qu'il n'est pas bon. On peut ne pas aimer quelque chose, mais ça ne veut pas dire que ce n'est pas bon pour autant. Lorsque mes enfants rejetaient un aliment, je le réintroduisais d'une manière différente, jusqu'à ce qu'ils l'apprécient. Je dois admettre qu'ils mangent bien; ils consomment beaucoup de fruits et de légumes.»

JEAN LARUEVIN



«C'est très rare que je n'aie pas envie de cuisiner.»

L'AMOUR: UN INGRÉDIENT INDISPENSABLE

Jean-François nous dit que sa blonde, Julie, cuisine, elle aussi. N'est-ce pas risqué de cuisiner pour un chef qui jouit d'une réputation comme la sienne? «Elle ne voit pas les choses ainsi, dit-il. Beaucoup de gens me disent qu'ils sont nerveux ou intimidés lorsqu'ils me reçoivent. Autant certains sont impressionnés, autant d'autres passent par-dessus ce détail. C'est le cas de ma blonde: ça ne l'impressionne pas outre mesure que je sois un chef. Par contre, c'est très rare que je n'aie pas envie de cuisiner. Pour moi, préparer un bon repas est ma manière de donner de l'amour, et ce, depuis toujours. C'est encore plus vrai quand vient l'heure de cuisiner pour ma famille. Chaque fois que mes enfants me disent: «Papa, c'est bon», je leur demande pourquoi ça l'est et, invariablement, ils me répondent en chœur: «Parce que c'est fait avec amour!» J'utilise aussi cette phrase avec mes cuisiniers. Je leur demande s'ils ont cuisiné avec amour et je les invite à en ajouter pour que ce soit encore meilleur!» L'amour est donc l'ingrédient secret de Jean-François Plante...

VOYAGER AUTOUR DE LA TABLE

Pour ce chef, transmettre son savoir à ses enfants demeure prioritaire. «Avoir accès à des saveurs et à des goûts différents est une grande chance, poursuit-il. Et savoir cuisiner, de nos jours, est aussi une grande richesse. On se rend compte que la pauvreté n'est pas tant financière que culturelle. Quand on sait cuisiner, on est déjà riche en soi. Mes enfants fréquentent une école dont les élèves sont de différentes origines. Ils se réjouissent de manger africain, maghrébin, asiatique... Pour eux, être invités dans une famille équivalait souvent à faire de belles découvertes culinaires. Ils sont curieux à l'idée de goûter et de découvrir, ce qui est fondamental, à mes yeux. Manger des mets différents nous permet de voyager à table et de découvrir des cultures.»

ON PENSE À LA RELÈVE?

Ce chef et restaurateur voit-il en ses enfants une relève potentielle? «Sans l'ombre d'un doute, dit-il, mais c'est surtout le temps qui le confirmera. Mon fils me dit qu'il veut être chef plus tard, mais nous verrons. Peut-être que son désir d'être chef n'est imputable qu'au mimétisme? Je l'ignore encore. C'est comme ma fille: un jour, elle voudrait être Céline Dion, et le lendemain, femme d'affaires, et le surlendemain, chef. Tout



«Émile me dit qu'il veut être chef plus tard.»



«Si, un jour, je constate que j'ai réussi à donner le goût des affaires à mes enfants, j'en serai très fier.»

«J'aimerais bien que mes enfants prennent la relève de mes restaurants, un jour.»



Jean-François et sa conjointe, Julie. «Pour moi, préparer un bon repas est ma manière de donner de l'amour.»

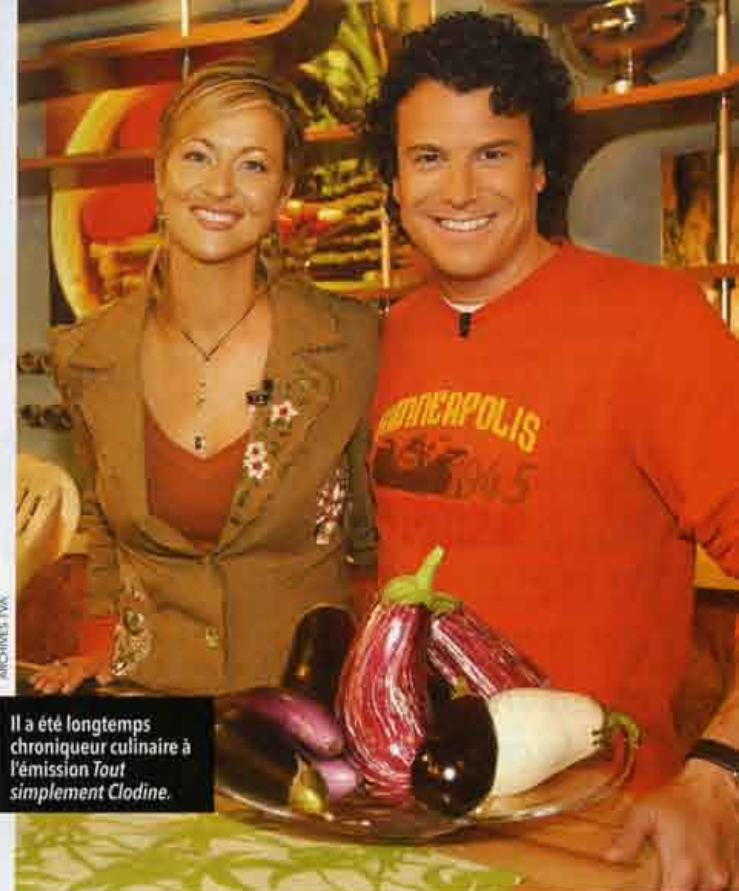
ça est normal. Il est un peu tôt pour se prononcer. Ce n'est pas nécessairement mon désir que mes enfants suivent mes traces, mais j'aimerais bien qu'ils prennent la relève dans mes restaurants, un jour. Je les vois plus en affaires que chefs mais, s'ils le devenaient, pourquoi pas? Si, un jour, je constate que j'ai réussi à donner le goût des affaires à mes enfants, j'en serai très fier.»

UN CHEF QUI RÉALISE SES RÊVES

Jean-François a-t-il eu des sources d'inspiration dans sa propre famille? A-t-il des parents entrepreneurs? «Non, pas du tout, confie-t-il. Il n'y avait pas d'entrepreneurs chez nous mais, d'aussi loin que je me souviens, j'ai cuisiné et j'ai élaboré des projets d'affaires. Je continue d'avoir des rêves. J'aimerais un jour avoir un hôtel avec un restaurant intégré. Actuellement, j'ai un restaurant au centre-ville qui a pignon sur rue, et j'ai toujours mon restaurant à Laval.»

À L'EXTÉRIEUR DE LA CUISINE

Lorsqu'il n'a pas le nez dans ses chaudrons, qu'il n'est pas dans ses restaurants ou à la maison, Jean-François



Il a été longtemps chroniqueur culinaire à l'émission *Tout simplement Clodine*.

passé du temps avec ses enfants et sa blonde. «J'adore faire du camping en famille. Ça me passionne. C'est ma manière de décrocher avec les enfants, et ça les rend particulièrement heureux. Ils adorent ça. Ça nous permet d'être en contact avec la nature, de "reconnecter" avec les vraies choses et de passer du temps en famille. Même en camping, je fais des bouffes monumentales. Que ce soit sur le feu, le barbecue ou la braise, on peut cuisiner. Plus le confort est restreint, plus le défi est grand, et plus je m'éclate. Sinon, les week-ends sont sacrés: j'aime être en famille; parce que, après tout, avoir des enfants demeure l'expérience la plus merveilleuse du monde...» ■

MÉTRO, BOULOT, BISTRO

Jean-François Plante est chroniqueur gourmand, chef propriétaire de l'Aromate, à Laval et au centre-ville, et auteur de livres de la collection *Bistro* publiés aux Éditions de l'Homme. Il nous présente le troisième volet de sa trilogie, *Métro, boulot, bistro*. «C'est une continuité et la fin de la trilogie, explique-t-il. Il y a le même esprit en ce qui concerne la présentation de la nourriture, mais avec le souci de présenter des recettes qui peuvent être cuisinées à la maison durant la semaine ou lorsqu'on reçoit, le week-end. Ce sont des plats plus quotidiens, mais qui peuvent aussi être servis les grands soirs. Plusieurs recettes ont un petit parfum méditerranéen et, surtout, elles contiennent des ingrédients qu'on trouve dans les supermarchés.» Pour en savoir plus sur ses restaurants: www.laromate.com

Ne manquez pas les recettes de Jean-François Plante, à la page 50.