



Nicolas Magie

LE GRAND CHEF CUISINE À PETITS PRIX





Depuis trente ans, Nicolas Magie cuisine pour les plus démunis. Dans les quartiers populaires de la rive droite de Bordeaux, avec les épiceries solidaires, le Secours populaire ou des associations locales, le chef étoilé du Saint-James, près de Bordeaux, travaille à désacraliser la cuisine en concoctant de délicieuses recettes à moins de 1 euro. Pour le cuisinier, qui porte une vision de la gastronomie accessible et solidaire, il est possible de bien manger pour pas cher. Démonstration.

Par Paule Masson Photographies Nicolas Claris

Est on condamné à la malbouffe quand on a le porte monnaie en berne ? Toutes les études, même celles menées par la très sérieuse Organisation des Nations unies pour l'alimentation et l'agriculture (FAO), convergent vers ce constat : les plus pauvres sont les principales victimes d'une nourriture trop riche en sucre, gras et sel. Résultat, au lieu de vitaliser le corps, l'alimentation devient dangereuse pour leur santé et la plupart du temps néfaste pour l'environnement. Cette inégalité dans nos assiettes est basée sur l'idée, entretenue par l'industrie alimentaire et la grande distribution, que bien manger coûte cher. Est-ce si vrai ? Nicolas Magie n'en est pas du tout convaincu. Depuis trente ans, le cuisinier étoilé de l'hôtel Relais & Châteaux le Saint-James, près de Bordeaux, s'attache même à multiplier les démonstrations inverses. Le chef, qui n'a jamais cessé de cuisiner pour les familles démunies, conseille de ne pas suivre les incitations permanentes à une consommation hors de toute logique de saisonnalité et de bon sens alimentaire : « Des fraises ou des tomates en hiver coûtent cher, beaucoup plus qu'un fruit ou un légume de saison. Les grandes surfaces gonflent les prix sur les produits découpés. Or, quand on achète un poulet entier, on peut le rotir pour manger les filets, agrémenter une salade ou un hachis avec les restes, confectionner un bouillon avec la carcasse. Préparer trois ou quatre repas avec une seule volaille ne vaut pas grand chose finalement », détaille-t-il. En effet, une simple observation des prix révèle une différence conséquente. Le poulet commun est affiché à 5 euros le kilo entier dans les enseignes de la grande

distribution, et jusqu'à 13 euros en filets. Le kilo de carottes fraîches est vendu entre 1,50 et 2 euros, le même propose déjà râpé et emballé grimpe à 7,50 euros. Les carottes biologiques coûtent 2,50 euros fraîches et 8,40 euros emballées. La marge est colossale.

Avec peu, on fait beaucoup

Les recettes à 1 euro de coût matière, Nicolas Magie les a toujours travaillées, partagées, transmises, enseignées. Ne sur la rive droite de Bordeaux, là où bat le cœur ouvrier de la ville, le gamin de Cenon garde le sourire candide de celui qui n'a jamais cessé de concilier cuisine et partage. Le confort douillet d'un restaurant haut de gamme n'a en rien changé l'état d'esprit de ce fils et petit fils de cuisinier qui a conquis sa première étoile en 2004 dans un restaurant campé au pied des quartiers populaires de Cenon. Déjà, à l'époque, le chef n'hésitait pas à sortir fourneaux et gamelles sur le trottoir pour cuisiner en direct avec la population. Pendant plusieurs années, il a même dressé la table une fois l'an pour les familles, les précaires, les va-nu-pieds, les sans-papiers, les sans-le-sou, invitant d'autres chefs à relever avec lui ce défi : un produit, une recette à 1 euro prête en dix minutes à partager avec les convives. L'idée déjà, était de désacraliser la cuisine, de montrer qu'avec peu, on fait beaucoup. Qu'elle soit une clef du bien manger. Simplement, expliquait-il, il faut lever la barrière culturelle, oser prendre la casserole, se mettre à la tâche ensemble, en famille, entre amis, partager un bon moment et retrouver le goût de cuisiner.

Aujourd'hui, perche sur le « balcon de Bordeaux », surnom donné à Bouliac, tous les jours sur la rive droite, Nicolas Magie porte autrement cette idée d'une gastronomie accessible et solidaire. Certes, le chef travaille d'arrache-pied à embellir son idée de la haute cuisine, testant en permanence de nouvelles associations de saveurs, privilégiant toujours celles qui laissent le produit roi et l'émotion dicter l'originalité d'un plat. Mais il continue aussi de quitter son antre, et pas qu'un peu, « parce qu'il ne faut jamais perdre ses valeurs », affirme-t-il.

Épiceries solidaires, Secours populaire, Secours catholique, Restos du cœur, associations de la profession telle que les Bouffons de la cuisine ou encore mouvements plus locaux ou des femmes des quartiers cuisinent avec lui, puis enseignent aux autres ce qu'elles ont appris. Le chef fait feu de tout bois, se déplace en permanence pour rechauffer les cœurs et passer le message : « Je me rends compte à quel point la cuisine est un vecteur de sociabilité. Quand je prépare un repas de Noël pour 800 personnes, je vois le bonheur sur les visages. Et même s'il est éphémère, même si beaucoup retournent à la rue, ces tables partagées permettent aux gens de rester accrochés aux wagons. » Car le repas qu'il imagine pour eux emplir les yeux autant que la bouche. Les aliments sont frais, de qualité première, cuisines simplement, mais avec la technique des grands. Une betterave, une endive, un maquereau, une volaille, une pomme : autant de produits de base qui, avec une petite mise en beauté, offrent des mets délicieux et peu coûteux. À vous de cuisiner. Et de goûter. ■