

Quand cuisine et nature font bon ménage

Credit photo : Elodie Forot

Rémy Michelas est un jeune chef cuisinier installé en Haute-Loire et depuis quelques années plus précisément à Yssingeaux où il est à la tête du restaurant le Bourbon. **Toque d'Auvergne**, fier de son terroir et portant haut et fort les valeurs liées au "manger local", de saison, tout en valorisant tous les producteurs locaux qui l'entourent, Rémy est un amoureux de la nature et de ses paysages. La cuisine est faite de rencontres, de balades et de découvertes qui inspirent et qui laissent des sensations que les chefs se plaisent à nous faire découvrir dans l'assiette. Petite immersion dans l'univers de Rémy.....

ETES-VOUS UN AMOUREUX DE LA NATURE ?



Oui, elle tient une place importante dans notre état d'esprit à ma femme et moi. Un amoureux de la nature dans le sens simple du terme. Je cherche à revenir à l'essentiel. J'aimerais vraiment que tout le monde prenne conscience que c'est la nature qui nous nourrit et qu'il ya des cycles à respecter. Que manger pour manger est inutile et qu'il faut vraiment que l'on prenne conscience que c'est la nature qui nous fait vivre et qu'il faut la respecter. Je parle là des saisons.



J'en ai assez d'entendre dire qu'il n'y a plus de saison comme une fatalité !

Je ne suis pas issu d'une grande famille de cueilleurs .. mais je découvre cet univers tout les jours. Ce sens du respect de son environnement, j'y trouve quelque chose de reposant. Ces espaces vierges, cette vie qui s'inscrit dans des cycles de vies. Nous ne sommes pas seuls sur terre et toutes les professions qui dépendent de LA NATURE le savent bien : agriculteur, maraîchers... Les amateurs de promenades de pêches de chasses et les cueilleurs en sont également conscients !

QUEL RAPPORT ENTRENEZ-VOUS AVEC LA FORÊT ?

La forêt, c'est pour moi ma petite liberté. à Yssingeaux nous sommes entourés de forêts et j'aime vraiment le dimanche après le service m'y promener simplement avec les enfants. Généralement, on va à mon potager et à 5 minutes à pied, on se trouve en plein milieu de la forêt, au dessus de Messinhac et on se pose.



Ce que l'on préfère avec les enfants, c'est s'allonger et fermer les yeux 5 minutes et écouter.

Notre plus grand plaisir, c'est sous la neige en hiver, le bruit des branches qui craquent.. Cette année, un ami m'a invité à une journée de chasse pour découvrir cet univers. Il me tarde d'être en septembre pour faire mes premiers pas de « chasseur ». Attention, j'y vais simplement pour voir et attendre avec eux et découvrir cet esprit. Devoir écouter les bruits, voir les traces, être avec le chien, essayer de ressentir ce qu'ils ressentent....La crainte pour moi c'est quand même qu'ils trouvent un animal car je ne sais pas comment je vais réagir mais je suis content d'y être invité ! la forêt avec ses rivières, ses odeurs, ses bruits, force au silence et c'est toujours cela que j'ai aimé!

AVEZ-VOUS UN SOUVENIR EN FORÊT PARTICULIÈREMENT MARQUANT ?

Une fois je me suis perdu un soir dans les bois en sud Ardèche d'où je suis originaire. j'étais seul et la nuit, je suis sorti dans les bois sans savoir où je mettais les pieds. Plus jamais je ne ferai cela sans rien dire à personne. Je me rappellerai toujours de cette sensation.



J'avais 17 ans, Il était 1h00 du matin et je m'ennuyais.

La lune était jolie et je suis parti. J'étais chez ma femme et ses parents habitaient une coconnière au milieu des bois en Ardeche. Tout le monde dormait et je suis parti. 1h00 plus tard, je ne savais plus d'où je venais, quel chemin j'avais pris. Je n'avais même pas pris de lumière, il n'y avait pas les téléphones avec les applications et je me suis retrouvé à crier. Heureusement un chien a aboyé, j'ai suivi ces aboiements et je suis retrouvé chez ma femme. Autant dire que je me suis fait tout petit et



bien content d'être rentré ! Conclusion, je ne m'aventure plus jamais dans une forêt seul la nuit sans prévenir ! C'est mon souvenir le plus marquant. La forêt c'est beau mais attention quand même !

ÊTES-VOUS CHASSEUR/PÊCHEUR/CUEILLEUR DE CHAMPIGNONS ?

Alors moi c'est la cueillette! Celà reste ludique et si on ne trouve rien, ce n'est pas grave, on s'est quand même promené. C'est toujours agréable!

Pour la pêche, je n'ai aucune patience. Je suis admiratif des **pêcheurs à la mouche**, leur calme, leur patience. Moi, je les trouve admirables. C'est communicatif, quand je vais avec des collègues pêcheurs, j'arrive à les regarder pêcher plus d'une heure. Après, je vais dans mon coin me promener mais ils m'ont calmé juste en les regardant faire. Ils sont bluffant ! Prochain épisode la chasse..

AVEZ-VOUS DES SOUVENIRS LIÉS À LA PÊCHE ACCOMPAGNÉ OU NON ?

Ce qui me vient à l'esprit, c'est le fil de pêche qui se coince dans les arbres! Grrrr.. C'était à Lamastre, dans le Doux. Mon frère n'osait pas toucher la première truite qu'il pêchait, elle se tortillait! Et moi je riaais de le voir crier, rentrer avec son sceau!

Ma famille nous acclamait quant nous ramenions du poisson! Enfant, j'avais l'impression d'être le héros qui emmène à manger. Maintenant quand on rentre bredouille, c'est taquineries assurées.

CUISINEZ-VOUS SOUVENT LE POISSON ?

J'adore le poisson. j'aurais tellement aimé être au bord de l'océan! On a de la famille installée sur le Croisic et quand je m'y rend, j'adore assister aux criées. Avoir ce choix de poissons! J'aime leur fragilité, travailler la justesse des sauces qui ne doivent pas masquer le parfum et l'odeur de l'océan. J'adore aussi la pêche de nos ruisseaux. Cuisiner un beau poisson est toujours un plaisir. C'est juste beau, brillant! Le poisson c'est aussi très bon, simplement grillé avec un peu d'huile d'olive... On est déjà au paradis sur terre! Avec, bien sûr, une bonne bouteille! J'aime les vins du Val de Loire, une petite louveterie de chez Jo LANDRON, et c'est les vacances....



QU'EST-CE QUE VOUS APPRÉCIEZ DANS LE POISSON ?

J'aime cette finesse et cette fragilité. C'est vraiment simple à cuisiner. Souvent, les gens ont peur de le cuisiner mais il faut juste se lancer et ne pas chercher à compliquer! quand on respecte les règles, il ne faut pas grand-chose pour faire un bon plat avec un bon poisson. L'été, on adore un simple filet de truite cuit sur la peau juste à l'huile d'olive, quelques tomates de mon potager et c'est tout !

POURQUOI CETTE RECETTE ?

“

C'est la recette de la truite en basse température comme mon papi léon la faisait

Parce que c'est une recette que mon grand père faisait et qu'en faisant remonter les souvenirs, j'ai envie de celà. Et puis je pense que dans les périodes que nous traversons, nous avons besoin de l'essentiel. Une bonne truite, des bonnes tomates, une bonne huile, les herbes de mon jardin : rien de faux que du vrai! On a tous des souvenirs de famille autours d'un repas et je trouve celà rassurant aujourd'hui !

QUEL EST LE PETIT PLUS DE LA RECETTE ?

Une règle pour les tomates : jamais au frigo! Cela casse le goûts! Les tomates, il faut les manger c'est tout !

Quant à la truite, il faut la cuire tout doucement, juste arrosée d'une bonne huile d'olive de la maison richard.

“

On n'est pas pressé il faut réapprendre à apprécier d'attendre !