

Cuisiner à Onex

### Des secrets dans la casserole...

**Dans les cuisines du Cycle d'orientation du Marais, une drôle d'association prend ses quartiers: *Les Secrets de la casserole* proposent 6 cours de cuisine « semi-gastronomiques » par année. Animés par des cheffes cuisinières professionnelles, les ateliers s'adressent à tous ceux qui aiment cuisiner... dans la convivialité!**

#### **Un été... gastronomique!**

Avec les beaux jours qui reviennent, l'été est synonyme de soleil et de vacances. Originales, savoureuses et colorées, les recettes des *Secrets de la casserole* illuminent nos assiettes et leur donnent un petit goût d'été...

Petit florilège de recettes proposées sur le site internet de l'association: en entrée, le *Duo de salades des îles* vous emmènera des jungles de Malaisie aux mers des Bahamas; les *Macarons aux pignons et tomates séchées* auront un petit goût d'Italie... La cheffe Maï Dang propose ensuite d'allumer le grill pour se rendre au Viêtnam, avec les *Brochettes de crevettes chao tom!* En plat principal, l'Espagne sera à l'honneur avec une *Paella de boulgour, jus de crustacés légèrement safrané et gambas*, avant un petit détour océanique avec le *Dos de cabillaud rôti sur peau, lit de poivrons et sauce pepperonata*. En dessert, départ pour l'Orient, avec un *Crumble presque indien et glace vanille épicée*... avant de revenir en Provence, pour des *Pétales de tomates confites et sorbet au thym*. Grâce aux *Secrets de la casserole*, voyagez cet été sans quitter votre assiette!

#### **C'est dans les vieilles casseroles...**

Et à présent, un peu d'histoire: créés dans les années 70, *Les Secrets de la casserole* s'appellent tout d'abord *Les Épicuriens du Marais* – la cuisine rime déjà avec plaisir! Comme l'explique Dominique Tinguely (membre du comité de l'association), le but était d'enseigner des recettes qui changent de l'ordinaire. L'association propose à chacune et chacun d'apprendre à cuisiner de bons plats et de découvrir les réjouissances de la table. Les cuisiniers amateurs s'y pressent depuis 40 ans... car non, la gastronomie n'est pas réservée qu'aux grands chefs!

#### **...qu'on fait la meilleure soupe!**

*Les Secrets de la casserole* proposent chaque année 6 cours (un cours toutes les 5-6 semaines), avec des thématiques différentes. Chaque cours est l'occasion de réaliser 4 recettes originales, concoctées par une des cheffes professionnelles qui animent les ateliers. Les 10 à 12 participants cuisinent ensemble... avant de déguster les plats bien mérités! À but non-lucratif, *Les Secrets de la casserole* ne demandent aucun prérequis. Les frais d'inscription couvrent l'achat de la nourriture, le renouvellement du matériel, la location des cuisines et l'indemnité du chef qui anime le cours. À côté des cours réguliers, des ateliers peuvent être organisés à la demande pour les groupes. Conscient des enjeux environnementaux, l'association

travaille avec des produits frais et de première qualité, issus d'une agriculture respectueuse de l'environnement.

### **Au menu pour 2015-2016...**

En 2015-2016, l'association organise de septembre à mai un cycle de 6 cours. Chaque cours sera l'occasion de découvrir des recettes originales, toujours concoctées par les cheffes cuisinières. Plusieurs thématiques seront abordées: spécial chasse, repas de Noël ou d'après-fêtes, repas « buffet »... Cerise sur la casserole, un cours spécial « Cuisine moléculaire » sera également donné.

Placé sous le signe de la bonne humeur, les cours des *Secrets de la casserole* abordent la cuisine de manière conviviale et les participants, très soudés, n'hésitent pas à partager ensemble apéro et bons petits plats. – Ils n'attendent que vous... alors tous aux fourneaux!

### **Magali Bossi**

#### ***Les Secrets de la casserole***

Cours donnés de septembre à mai

Cycle des Marais, rte de Loëx 22, 1213 Onex

Infos: [www.lessecretsdelacasserole.ch](http://www.lessecretsdelacasserole.ch)

---

VISUEL: OBCcasseroleJUIAOÛT001: Avec *Les secrets de la casserole*, la cuisine a un goût de convivialité! ©2015 *Les Secrets de la casserole*

OBCcasseroleJUIAOÛT002: De délicieux *Macarons aux pignons et tomates séchées*... ©2009 Anne Jaggi

OBCcasseroleJUIAOÛT003: Un régal avec ces *Pétales de tomates confîtes et sorbet au thym*! ©2010 Anne Jaggi

OBCcasseroleJUIAOÛT004: Direction l'Orient avec ce *Crumble presque indien et glace vanille épicée*... ©2013 Véronique Mayer

OBCcasseroleJUIAOÛT005: Épices et vacances pour ce *Duo de salades des îles* ©2013 Véronique Mayer

OBCcasseroleJUIAOÛT006: Un petit goût d'Espagne avec la *Paella de boulgour, jus de crustacés légèrement safrané et gambas* ©2012 Anne Jaggi

OBCcasseroleJUIAOÛT007: Essayez au grill ces *Brochettes de crevettes chao tom*! ©2013 Véronique Mayer

OBCcasseroleJUIAOÛT008: Plongée océanique avec le *Dos de cabillaud rôti sur peau, lit de poivrons et sauce peperonata*... ©2014 Antonia Müller