

# 15H30

HORS-SÉRIE

VOTRE PAUSE INSPIRATION

SPÉCIAL PÂTISSERIE

## RENCONTRES

*Claire Santos Lopes*  
*Jérôme Devreese*

## DUEL DE CHEFS

*Le chocolat*  
*Axel Goujon*  
*Alexis Pocinho*

# Nicolas Paciello

FAIT RAYONNER LA PÂTISSERIE FRANÇAISE

les  
halles  
**METRO**

LE MAGAZINE D'INSPIRATION POUR LES PROFESSIONNELS DE LA RESTAURATION



**Silamaka Soukouna**

Silax Pâtisserie

Client des halles METRO Bobigny

les  
halles  
**METRO**

f y i s **METRO.fr**

## SOMMAIRE



**04 SECRETS DE TABLE**  
Les pâtisseries

**05 AGENDA**

**06 UN CHEF PÂTISSIER À LA UNE**  
Nicolas Paciello fait rayonner  
la pâtisserie française

**11 SHOPPING**

Du chocolat point barre

**12 TENDANCES**

Quand la technologie invente  
la pâtisserie de demain  
Le dessert autrement

**16 REPORTAGE**

Farine de sarrasin :  
plus tout-terrain qu'on ne le croit

**19 AU CŒUR DE NOS RÉGIONS**

Les desserts traditionnels  
de nos régions

**22 RENCONTRE**

Claire Santos Lopes  
Jérôme Devreese

**30 MARQUES METRO**

Quand la fleur devient ingrédient

**32 ÉVASION**

Tour du monde des pâtisseries

**36 INSPIRATION COCKTAIL**

Quand la pâtisserie inspire le verre

**37 ANTI-GASPI**

Pour une pâtisserie responsable

**38 DUEL DE CHEFS**

Le chocolat avec Axel  
Goujon et Alexis Pocinho

**42 LA GAZETTE DE FERNIOT**

**46 CONCEPT**

Cupkie, l'art de la pâte  
à cookie crue à la française

**48 MANAGEMENT & BUSINESS**

Boulangerie-pâtisserie,  
un commerce en mutation

**50 FOCUS**

Pour ou contre les pâtisseries  
incontournables aux fruits...  
qui défient la saisonnalité ?

**54 PRODUITS STARS**

Les crèmes

**57 SHOPPING**

Une sélection haute en couleur !

**58 DE LA GRAINE AU PALAIS**

La vanille, de l'orchidée au flan

**60 RECETTE SANS**

Vive la légèreté

**62 LES CRÉATIONS ARTISTIQUES**

Quand le chocolat et le sucre  
deviennent sculptures

**64 VU SUR LE WEB**

Quoi de neuf sur les réseaux ?  
METRO en ligne

**66 DANS LE RÉTRO**

Le fraisier

**68 SHOPPING**

Équipé comme jamais

**70 L'USTENSILE**

La poche à douille

**71 QUIZ**

Testez votre culture pâtissière

## La pâtisserie, une histoire d'équipe.

**L**a pâtisserie est un art qui se vit à plusieurs. Derrière chaque création, chaque recette aboutie, il y a des mains qui se tendent, des savoirs qui se partagent, et une mémoire collective qui se transmet.

Claire Santos Lopes et Jérôme Devreese, dont vous découvrirez les portraits dans ce numéro spécial, en savent quelque chose : c'est au Prince de Galles que nous nous sommes rencontrés, avant de tracer chacun notre chemin, avec notre sensibilité, notre technique, notre audace. Nos parcours, bien que distincts aujourd'hui, gardent la trace de cette rencontre, de ces heures passées côte à côte à apprendre, à essayer, à recommencer. La pâtisserie, c'est avant tout une histoire d'équipe, c'est savoir compter sur l'autre, écouter ses conseils, et garder à l'esprit que chaque geste s'inscrit dans une lignée. Connaître ses fondations, respecter ses traditions, ce n'est pas une contrainte : c'est ce qui nous permet de créer et de réinventer, sans cesse. Chaque innovation puise sa force dans ce qui l'a précédée.

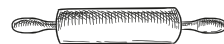
Ce numéro célèbre cette alchimie. Ces moments où l'expérience de l'un éclaire le travail de l'autre, où le savoir-faire se transmet et se renouvelle. Où l'on comprend que le vrai talent naît de la générosité, de la curiosité, et du plaisir de faire ensemble. À travers ces pages, nous vous invitons à découvrir comment la pâtisserie se réinvente, sans jamais oublier d'où elle vient. Et surtout, comment elle continue, chaque jour, de nous rassembler.

*Nicolas Paciello*

Chef pâtissier



**DIRECTEUR DE LA PUBLICATION :** Frédéric Bourcy **RÉDACTRICE EN CHEF :** Irène Elbaz **COORDINATION MAGAZINE :** Christine Chan **PHOTOGRAPHES :** Franck Hamel, Clockwise, Adobe Stock, Shutterstock **RÉDACTION :** Le Nouveau Béliet **CONCEPT ET RÉALISATION :** Le Nouveau Béliet **ONT COLLABORÉ À CE NUMÉRO :** Najate Elabad, Margot Bourges et Sébastien Lacresse. RCS Nanterre 399 315 613 METRO France, SAS au capital de 45.750.000 euros - PROMO H/I 2026 - IMPRIMÉ EN U.E



# Les pâtisseries

Coutumes, traditions, anecdotes,  
légendes et superstitions, la rubrique Secrets  
de Table explore nos habitudes culinaires !



## Opéra

Si *Lenôtre* revendique la création de l'opéra en 1968, la maison *Dalloyau* prétend qu'on la doit à Cyriaque Gavillon dix ans plus tôt. Quant au *Grand Hôtel*, situé face à l'Opéra Garnier, il avait à sa carte une pâtisserie nommée Opéra dès... 1899 ! Le mystère reste entier.



## Madeleine

En 1755, à Commercy, la jeune cuisinière Madeleine Paulmier aurait eu l'idée de cuire de petits gâteaux dans une coquille Saint-Jacques. Leur forme emblématique et leur moelleux firent le reste, et on les baptisa madeleines, en hommage à leur créatrice.



## Kouign-amann

Le kouign-amann serait le fruit d'une improvisation au XIX<sup>e</sup> siècle. À court de gâteaux, le boulanger Yves-René Scordia mêla pâte à pain, sucre et une bonne dose de beurre, inventant cette pâtisserie bretonne compacte mais succulente, devenue emblématique de la Bretagne.



## Paris-Brest

Cette pâtisserie en forme de roue de vélo composée d'une pâte à choux fourrée d'une crème mousseline pralinée doit son nom à la course cycliste Paris-Brest-Paris, créée en 1891. La compétition s'arrêta en 1951, mais le gâteau continue de nous régaler !



## Ganache

Née vers 1860 dans une confiserie rue de la Paix à Paris, la ganache devrait son nom à une maladresse ! Un apprenti qui versa de la crème chaude sur du chocolat et se fit traiter de "ganache", un synonyme... d'abruti ! Si l'insulte est passée de mode, la recette est restée.



## Macaron

La légende dit que Catherine de Médicis importa le macaron d'Italie. Pourtant, le premier macaron connu en France date de 781, dans la commune de Cormery... soit plusieurs siècles avant la naissance de la future reine ! Une douceur bien plus ancienne qu'on ne l'imagine.

## MARS

### JEUNES TALENTS CHAMPIONNAT DE FRANCE DU DESSERT

**Quoi :** Plus grand concours dédié au dessert à l'assiette, le Championnat de France du Dessert fête ses 52 ans en 2026 et continue à révéler les jeunes talents de demain dans le domaine de la pâtisserie de restaurant.

**Quand :** les 18 mars et 19 mars 2026

**Où :** Lycée Jean-Baptiste Chardin, Gérardmer



### GLAGLA JOURNÉE EUROPÉENNE DE LA GLACE ARTISANALE

**Quoi :** Célébrée chaque année dans tous les pays européens, avec des événements, des rencontres et des initiatives visant à diffuser la culture de la glace artisanale, la Journée de la glace est l'occasion unique de contribuer à la promotion du savoir-faire artisanal.

**Quand :** le 24 mars 2026

**Où :** Partout en Europe



### APPRENTIS CONCOURS DU MAF PÂTISSIER

**Quoi :** Le concours du Meilleur Apprenti de France « Pâtissier » s'adresse aux apprentis titulaires d'un CAP Pâtissier depuis moins de deux ans et vise à révéler les jeunes talents en valorisant leurs compétences techniques et leur insertion professionnelle.

**Quand :** le 31 mars 2026

**Où :** Château de Ferrières, Ferrières-en-Brie

## AVRIL

### PASSION CONCOURS DU MEILLEUR FLAN PÂTISSIER

**Quoi :** Artisans, pâtissiers confirmés ou tout simplement amoureux du flan, ce concours est l'occasion rêvée de faire rayonner les savoir-faire pleins de gourmandise et de créativité, avec des talents venus de toute la France.

**Quand :** les 18 et 19 avril 2026

**Où :** Place Bellecour, Lyon

## JUIN

### GOURMAND CONCOURS NATIONAL BOGATO

**Quoi :** Ouvert aux amateurs et aux professionnels du monde de la pâtisserie, le concours national Bogato est né de la volonté de fédérer les pâtissiers de tous milieux confondus, afin de partager un moment privilégié autour de cet art culinaire.

**Quand :** juin 2026

### BEC SUCRÉ SALON DE LA PÂTISSERIE

**Quoi :** Ce rendez-vous incontournable rassemble les meilleurs pâtissiers de France et propose aux visiteurs de découvrir des créations exceptionnelles, d'assister à des démonstrations et de déguster des douceurs raffinées.

**Quand :** du 19 au 21 juin 2026

**Où :** Parc Floral de Paris

## JUILLET

### MADE IN USA SÉLECTION AMERICA DE LA COUPE DU MONDE DE LA PÂTISSERIE

**Quoi :** Les meilleurs talents sucrés des Amériques se mesureront dans une ambiance d'exception, entourés de chefs, restaurateurs, fournisseurs et 150 exposants. Un moment unique pour célébrer la créativité, l'innovation et la précision qui font la grandeur de la pâtisserie.

**Quand :** le 25 juillet 2026

**Où :** Ernest N. Morial New Orleans Convention Center, Nouvelle Orléans, USA

## OCTOBRE

### DÉFIS CHAMPIONNAT DE FRANCE DES ARTS GOURMANDS

**Quoi :** Avec des épreuves de pâtisserie, de chocolaterie et de glacerie, le championnat de France des Arts Gourmands met au défi les équipes d'apprentis en formation BTM, qui devront surprendre le jury avec leurs entremets, pièces artistiques en chocolat et dessert glacés.

**Quand :** octobre 2026

**Où :** Salon Serbotel, Nantes

### SAVOIR-FAIRE SALON DU CHOCOLAT ET DES GOURMANDISES

**Quoi :** Placé sous le signe de la gourmandise, du savoir-faire et de l'art, le Salon du Chocolat et des Gourmandises met en lumière des artisans passionnés dans un cadre d'exception.

**Quand :** les 10 et 11 octobre 2026

**Où :** Salon Lamartine du Casino Grand Cercle, Aix-les-Bains



### NORMAND PÂTISS'ART

**Quoi :** Un rendez-vous international de la pâtisserie qui réunit tous les secteurs de la filière pâtissière et chocolatière pour transmettre les savoir-faire, assister à des masterclass et des compétitions autour de l'art de la pâtisserie.

**Quand :** du 24 au 26 octobre 2026

**Où :** Centre International de Deauville

### CACAOTÉ SALON DU CHOCOLAT

**Quoi :** Le plus grand événement mondial consacré à l'univers du cacao. Chocolatiers, chefs pâtissiers, confiseurs, producteurs de cacao, grandes marques et blogueurs food partagent leur passion du chocolat dans tous ses états.

**Quand :** du 28 octobre au 1<sup>er</sup> novembre 2026

**Où :** Paris Expo Porte de Versailles



# Nicolas Paciello

FAIT RAYONNER LA PÂTISSERIE FRANÇAISE

De la Moselle aux plus grandes maisons parisiennes, Nicolas Paciello a construit un parcours exigeant et singulier, guidé par la passion et la transmission. Portrait d'un chef pâtissier pour qui l'émotion prime autant que la technique.



## Gâteau marbré

Originaire d'Éting, un petit village de Moselle proche de Forbach, Nicolas Paciello grandit loin des codes de la haute gastronomie. Dans sa famille, pourtant, la gourmandise est une culture. Chaque week-end, sa mère prépare un marbré devenu rituel. *“J'adorais autant le manger que le fabriquer”*, nous confie le chef. Très vite, il prend le relais aux fourneaux, façonnant tartes et desserts simples pour les repas familiaux. *“Je pense que l'essence de ce que je suis aujourd'hui vient vraiment de ces moments-là !”* Quand il évoque son parcours, Nicolas Paciello ne parle pas de déclic, mais plutôt d'évidence. À l'adolescence, ses parents l'encouragent à suivre un CAP Pâtissier. Il entre en apprentissage dans la maison de Christophe Greff à Forbach, où il restera cinq ans *“c'était une vocation, je ne me suis jamais demandé ce que je voulais faire”*. C'est ici qu'il acquiert de solides bases, tant techniques qu'humaines, avant que son maître d'apprentissage, de qui il est toujours proche aujourd'hui, ne l'encourage à explorer d'autres horizons. *“Il m'a dit qu'il fallait que j'aille apprendre ailleurs.”* Le jeune pâtissier s'exécute : direction la capitale.



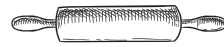
## Grandes maisons

À Paris, chez *Fauchon*, Nicolas Paciello rencontre les équipes de Dominique Ansel. Le choc est instantané. *“Je suis arrivé à l'aube, j'ai fait ma journée d'essai, trouvé un logement, et l'aventure a commencé”* se souvient le pâtissier. Pendant six ans, il découvre les exigences d'une grande maison, la rigueur des brigades et l'intensité du rythme : *“une grosse brigade, des exigences très élevées, je suis entré dans un autre standing.”*

“C'ÉTAIT UNE VOCATION, JE NE ME SUIS JAMAIS DEMANDÉ CE QUE JE VOULAIS FAIRE.”



J'ai vraiment réappris le métier !” Son talent l'emmène ensuite à l'international, de Singapour à Casablanca. *“Je me suis rendu compte qu'avec des gâteaux, je pouvais voyager partout !”* s'amuse le chef. De retour en France, il rejoint l'hôtel *de Crillon*, place de la Concorde puis les équipes de Cyril Lignac, avant de participer à la réouverture du *Prince de Galles*, avenue George V, en tant que sous-chef, aux côtés de Stéphanie Le Quellec et de Yann Couvreur. *“Une expérience qui m'a beaucoup appris, en termes de goût, de structure, de communication...”* À chacune de ces étapes, il affine sa vision d'une pâtisserie précise, lisible, tournée vers le goût et l'émotion. ▶



☺☺  
**À FORCE DE TRAVAIL,  
 ON DÉCROCHE DEUX  
 ÉTOILES MICHELIN DÈS  
 LA PREMIÈRE ANNÉE !** ☹☹



## Cinq sens

La consécration arrive avec son premier poste de chef pâtissier à *La Réserve*, palace intimiste des Champs-Élysées dont la cuisine est tenue par Jérôme Banctel. “À force de travail, on décroche deux étoiles Michelin dès la première année !” peut s’enorgueillir Nicolas Paciello, qui découvre alors ce qu’il nomme le monde de l’ultraluxe. S’ensuivent la finale du concours Meilleur Ouvrier de France, la publication d’un premier livre et un retour au *Prince de Galles*, cette fois en tant que chef pâtissier, puis au *Fouquet’s* auprès de Pierre Gagnaire, entre Paris et Abou Dhabi. En parallèle, Nicolas Paciello développe une fibre entrepreneuriale. Il cofonde *Cinq Sens Paris*, concept-store de pâtisserie pensé comme une expérience sensorielle autour des matières premières chères au chef pâtissier, comme la vanille, la cabosse ou la fève de tonka. “Je voulais créer un lieu unique où les gens puissent sentir, toucher, découvrir

*les ingrédients !*” Après une séparation avec son associé, il relance le projet avec sa compagne, Lucille Jasmin, sous le nom *Nicolas Paciello Pâtisserie*. Aujourd’hui, l’enseigne compte un laboratoire de production et deux boutiques, à Pantin et Boulogne-Billancourt. Le chef y compose une pâtisserie créative, colorée et exigeante. À son image.

## Nouveau défi

Conditions de travail, attractivité des métiers, transmission, autant de sujets qui l’animent. À l’approche de la quarantaine, Nicolas Paciello ressent le

besoin de prendre du recul, et de diversifier les activités. En ce début d’année, il devient chef exécutif de l’*École de Paris Valrhona*, une entreprise dont il est proche. Un nouveau défi, à l’écart du quotidien de la production, “un rôle d’ambassadeur, pour accompagner le métier.” Ce nouveau chapitre, le chef souhaite l’ouvrir avec la transmission de son savoir : “il y a encore beaucoup à faire et beaucoup à dire dans le métier. Il faut faire un pont entre les générations”. Parler avec les entreprises, développer des idées, continuer à créer, échanger avec ses fournisseurs, dont METRO fait partie, soutenir les artisans... À l’avenir, Nicolas Paciello souhaite s’appuyer ses expériences afin de trouver l’équation parfaite. Celle qui fera rayonner la pâtisserie française. ■

LES RECETTES DU CHEF

# Mini M noisette, citron, framboise,



Ces Mini M déclinent la noisette, le citron et la framboise avec une netteté de goûts remarquable, jouant sur la vivacité des confits et la rondeur des crèmes pour offrir une bouchée à la fois ludique et parfaitement structurée.

Scannez  
 ou retrouvez  
 la recette sur  
 METRO.fr



LES RECETTES DU CHEF

# Le Paris-Brest au praliné noisette.



Ce Paris-Brest au praliné noisette conjugue la générosité d'une pâte à choux bien développée à l'intensité d'un praliné maison, soutenu par une ganache montée aérienne qui prolonge la torréfaction avec élégance.

Scannez  
ou retrouvez  
la recette sur  
METRO.fr



SHOPPING



## Du chocolat, point barre.

POUR SÉLECTIONNER  
LES MEILLEURS CHOCOLATS,  
NOS EXPERTS SONT CARRÉS.



1. Chocolat noir METRO Chef 50% cacao en palets sachet de 5 kg Réf. : 247550 – 2. Cacao en poudre METRO Chef 20/22 sachet de 1 kg Réf. : 312871 – 3. Chocolat lait de couverture METRO Chef 31% cacao en palets sachet de 5 kg Réf. : 022346 – 4. Bâtons de chocolat METRO Chef 44% cacao 300 pièces boîte de 1,6 kg Réf. : 088882 – 5. Chocolat noir de laboratoire METRO Chef en gouttes 50% cacao sachet de 5 kg Réf. : 237142 – 6. Chocolat blanc METRO Chef 30% cacao en palets sachet de 5 kg Réf. : 247537 – 7. Palet chocolat noir METRO Chef 55 % cacao sachet de 10 kg Réf. : 217736

Retrouvez  
toute la  
sélection sur  
METRO.fr





# Quand la technologie invente la pâtisserie de demain.

Entre précision, personnalisation et innovation, la pâtisserie s'approprie aujourd'hui des technologies jusqu'ici réservées à l'industrie ou au design. Impression 3D, intelligence artificielle, cuisson de précision permettent aux chefs pâtissiers de créer des desserts spectaculaires aux textures inédites.



## Sculptural

On a longtemps pu penser que l'impression 3D était réservée aux designers ou aux ingénieurs. Elle trouve pourtant désormais sa place dans l'univers très artisanal de la pâtisserie. L'arrivée des nouvelles technologies dans ce domaine peut surprendre, mais plutôt que de contraindre la créativité, elle pourrait la libérer. Elle permet de transformer le dessert en véritable sculpture, avec des formes géométriques complexes, des structures légères et aériennes ou des décorations impossibles à reproduire manuellement. Les chefs peuvent travailler avec différents matériaux adaptés à l'extrusion, comme le chocolat tempéré, les purées de fruits ou certaines pâtes pâtissières, et les superposer pour créer des effets visuels et des textures inédites. Certains laboratoires culinaires expérimentent même avec des formulations enrichies en arômes ou en nutriments, et donnent naissance à des créations surprenantes, proches de l'œuvre d'art.

## Créativité augmentée

Alors que la pâtisserie a toujours été un art fondé sur le savoir-faire et l'expérience, ces nouvelles approches technologiques ouvrent des perspectives inédites. L'intelligence artificielle devient un assistant créatif pour les pâtissiers. Grâce à l'analyse de milliers de recettes, profils gustatifs et tendances consommateurs, elle suggère des associations inédites et optimise l'équilibre des saveurs. Dans certains restaurants, elle permet de tester virtuellement de nouvelles textures ou de simuler la cuisson de préparations

complexes avant de passer en production réelle, pour réduire gaspillage et temps d'expérimentation. L'IA offre aussi la possibilité de personnaliser les desserts en adaptant recettes et portions aux préférences individuelles ou aux contraintes nutritionnelles.

## Ultra précision

La cuisson de précision avec des appareils sous vide ou des régulateurs de température sophistiqués garantit des résultats constants et parfaitement maîtrisés. Chocolats fondants, meringues aériennes, fruits confits ou mousses délicates bénéficient d'une cuisson optimale qui révèle pleinement leurs saveurs. Cette approche scientifique permet également d'expérimenter avec de nouveaux ingrédients, d'explorer des temps et températures inhabituels pour créer des contrastes inattendus, ou de sublimer des produits locaux et de saison, tout en conservant leur fraîcheur et leur qualité.

## Desserts réinventés

Loin de remplacer le geste du pâtissier, ces technologies le prolongent et l'enrichissent. Elles permettent de combiner esthétique, créativité et efficacité et de répondre aux attentes des consommateurs d'aujourd'hui, à la recherche de toujours plus de naturalité et de nouvelles émotions visuelles et sensorielles. La pâtisserie de demain se situe à la croisée du savoir-faire artisanal et de la haute technologie, avec des créations uniques, personnalisables et surprenantes. Les desserts deviennent alors de véritables expériences de partage, entre innovation technique... et plaisir gustatif.





# Le dessert autrement.

Longtemps associé à l'excès, le dessert d'aujourd'hui change de visage. Portée par une nouvelle génération de chefs, la pâtisserie explore aujourd'hui des voies plus vertueuses... sans renoncer à la gourmandise.



## Gourmandise en conscience

La quête de bien-être influence désormais la dernière étape du repas. Les desserts dits « *feel good* » misent sur une gourmandise plus réfléchie. Réduction des sucres raffinés, utilisation de matières grasses végétales ou intégration d'ingrédients naturellement riches en fibres et en nutriments permettent de proposer des créations plus digestes et équilibrées. Chocolat noir, fruits secs, oléagineux ou purées végétales deviennent des alliés pour offrir douceur et satiété, tout en répondant aux attentes d'une clientèle attentive au bien-être via l'alimentation.

## Farines d'origine

Les farines anciennes et alternatives occupent une place centrale dans cette nouvelle pâtisserie attentive au bien-être. Moins raffinées et souvent plus digestes, elles offrent des profils nutritionnels intéressants ainsi que des saveurs et textures très singulières. Elles permettent de renouer avec une approche plus authentique du dessert. Moelleux à l'épeautre, fonds de tartes au sarrasin, pâte à choux à la farine de riz, cookies rustiques ou pains de sucre aux farines complètes illustrent



cette tendance. Certaines recettes s'inscrivent également dans une logique sans gluten ou font appel à la fermentation naturelle, qui améliore la digestibilité et développe la complexité aromatique. Le caractère brut et vivant de ces farines inspire des créations où le goût du produit prime, et offre aux chefs un terrain d'expression aussi créatif que porteur de sens.

## Alternatives

L'un des piliers de cette tendance est la réduction des sucres. Miel, sirop d'érable, sucre de coco ou fruits naturellement sucrés remplacent progressivement le saccharose et confèrent une complexité aromatique et un index glycémique plus modéré aux pâtisseries. Graines de chia, de lin ou de courge apportent texture et richesse nutritionnelle, tandis que certaines algues comme la spiruline ou la dulse sont utilisées en touches discrètes pour leurs qualités minérales et leurs couleurs originales. Les épices, telles que la cannelle, la cardamome, le curcuma ou le gingembre, permettent de rehausser les saveurs sans ajouter de sucre, et les superaliments comme le cacao cru, l'acai ou la maca trouvent leur place dans des recettes où s'allient bienfaits et plaisir. Une approche qui permet de proposer des desserts à la fois gourmands et innovants, en phase avec les attentes contemporaines.



## L'expérience de demain ?

Au-delà de la composition, ces desserts s'inscrivent dans une expérience globale. Textures douces, saveurs peu agressives, associations naturelles et visuels épurés participent à une sensation de réconfort et de sérénité. Le dessert devient un moment de pause, quasi méditatif. Plus qu'une simple tendance, cette pâtisserie du bien-être traduit une évolution durable des usages.



# Farine de sarrasin.:

## PLUS TOUT-TERRAIN QU'ON NE LE CROIT

Matière première ancestrale, la farine de sarrasin occupe une place singulière dans le paysage culinaire français. Associée à la Bretagne, à ses galettes et à ses crêperies, elle est souvent perçue comme un produit de tradition, presque figée dans ses usages. Pourtant, derrière cette image familière se cache une farine d'une grande richesse, à la fois technique, aromatique et culturelle, qui séduit aujourd'hui bien au-delà de son territoire d'origine.



**L**e sarrasin, parfois appelé blé noir, n'est pas une céréale mais une plante de la famille des polygonacées. Cette particularité explique en partie son profil nutritionnel et son comportement en cuisine. Naturellement sans gluten, riche en fibres, en protéines et en minéraux, il donne une farine sombre, au goût franc, légèrement toasté, avec des notes de noisette et une amertume maîtrisée. Une farine qui ne cherche pas à se faire oublier, mais qui impose sa présence et structure les préparations.

Longtemps, la farine de sarrasin a été associée à une cuisine populaire, nourrissante, ancrée dans un quotidien rural. Elle a accompagné des générations de familles bretonnes, avant de devenir l'emblème des galettes servies dans les crêperies. Aujourd'hui, elle connaît une nouvelle reconnaissance, portée par des chefs, des artisans boulangers et des pâtisseries qui y voient une matière première exigeante, identitaire et parfaitement en phase avec les attentes contemporaines autour du goût, de l'origine et de la traçabilité.

### Une farine qui dépasse la galette

Dans les cuisines professionnelles, la farine de sarrasin n'est plus cantonnée à un seul usage. Elle entre dans la composition de pains rustiques, de pâtes, de biscuits, de gâteaux ou de fonds de tarte. Elle apporte

de la profondeur aromatique, une texture spécifique et une signature immédiatement reconnaissable. Son caractère oblige à repenser les équilibres, à travailler les associations avec précision, mais c'est précisément cette contrainte qui attire les cuisiniers en quête de sens et de cohérence.

Ce retour en grâce s'inscrit dans un mouvement plus large de revalorisation des filières locales et des produits bruts. Derrière chaque farine de sarrasin se cache un territoire, un mode de culture, un moulin, un geste. La qualité finale dépend autant de la variété cultivée que du travail de mouture, du respect des temps, de la maîtrise des températures. Des paramètres techniques qui font toute la différence pour les professionnels. En Bretagne, certains moulins perpétuent ce savoir-faire depuis près d'un siècle, en lien étroit avec les agriculteurs. C'est le cas du moulin dirigé par Clément Le Cam, qui incarne cette continuité entre tradition, exigence et adaptation aux besoins actuels de la restauration.





## RENCONTRE AVEC Clément Le Cam

ENTRE HÉRITAGE ET EXIGENCES CONTEMPORAINES

À la tête du *Moulin de Charbonnière*, Clément Le Cam perpétue un savoir-faire presque centenaire, exclusivement dédié à la farine de sarrasin. Ancré en Bretagne, son travail repose sur une filière locale maîtrisée, une production labellisée IGP et une relation étroite avec les professionnels de la restauration. Il revient sur l'histoire du moulin, les spécificités de sa farine et l'évolution des usages du sarrasin en cuisine.

### Pouvez-vous revenir sur l'histoire du moulin et sur votre activité ?

Le *Moulin de Charbonnière* a une histoire ancienne. À l'origine, le site était une tannerie, dès le *xv<sup>e</sup>* siècle. Il est devenu un moulin en 1923, lorsque la famille Schmitt a décidé d'y installer une activité de meunerie dédiée au sarrasin. Depuis cette époque, la spécialité du moulin n'a pas changé. La farine de sarrasin est restée au cœur de l'activité, transmise de génération en génération. Aujourd'hui, nous produisons environ 600 tonnes de farine par an. Le moulin fonctionne avec une équipe jeune, investie, qui connaît parfaitement les contraintes techniques liées au sarrasin. C'est une matière première exigeante, qui demande une vraie maîtrise, à la fois au moment de la mouture et dans le suivi de la qualité.

### Quelle est la spécificité de votre farine de sarrasin ?

Notre produit phare est la farine de sarrasin labellisée IGP 100 % bretonne. Cela signifie que le sarrasin est cultivé en Bretagne et que la mouture est réalisée localement. Ce label garantit une origine claire, mais aussi un cahier des charges précis, qui encadre les pratiques agricoles et la transformation. Pour les professionnels, cette traçabilité est essentielle. Elle permet de travailler un produit constant, avec une vraie lisibilité. Sur le plan gustatif, notre farine se distingue par son équilibre. Elle est aromatique, mais sans agressivité, avec une belle longueur en bouche. C'est ce qui la rend particulièrement adaptée à la galette, mais aussi à d'autres usages plus créatifs.

### À qui s'adresse principalement votre production ?

Nous travaillons essentiellement avec une clientèle professionnelle. Nos principaux débouchés se situent dans le nord de la Bretagne, mais aussi autour de Rennes et de Nantes. Nous fournissons de nombreuses crêperies, des artisans, des grandes et moyennes surfaces, ainsi que METRO. Nous accueillons également des particuliers directement au moulin, ce qui permet de garder un lien direct avec les consommateurs.

À terme, notre objectif est de maîtriser l'ensemble de la filière. Cela passe par un travail étroit avec les producteurs de sarrasin, par une transformation maîtrisée et par une distribution cohérente. Cette vision globale est essentielle pour garantir la qualité du produit final.

### Comment les usages de la farine de sarrasin évoluent-ils ?

On observe clairement une diversification des usages. Bien sûr, la galette reste centrale, mais de plus en plus de professionnels utilisent la farine de sarrasin en pâtisserie, en boulangerie ou dans des recettes salées plus contemporaines. Elle permet d'apporter une identité forte à un plat, tout en répondant à des attentes nutritionnelles et à des contraintes alimentaires, notamment l'absence de gluten. Cette évolution est aussi liée à une meilleure compréhension du produit. Les chefs prennent le temps de tester, d'ajuster les recettes, de jouer sur les mélanges de farines. Le sarrasin devient un ingrédient à part entière, et non plus une simple spécialité régionale.

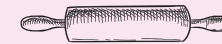
### Quelle place occupe METRO dans votre développement ?

Nous collaborons avec METRO depuis 2007. C'est un partenariat de long terme, basé sur la confiance et la régularité. METRO nous a accompagnés dans différentes phases de développement, y compris dans des périodes compliquées pour la restauration. Le maintien des commandes, même lorsque les restaurants étaient à l'arrêt, a été déterminant pour nous. Au-delà de l'aspect commercial, il y a aussi un échange sur les produits, sur les attentes des professionnels, sur les évolutions possibles. METRO joue un rôle de relais entre le producteur et les usages terrain, ce qui est précieux pour continuer à améliorer notre offre.

### Pourquoi la farine de sarrasin a-t-elle, selon vous, toute sa place aujourd'hui ?

Parce qu'elle répond à plusieurs enjeux à la fois. C'est un produit de terroir, avec une histoire et une identité fortes. C'est aussi une farine technique, qui permet de créer des recettes différenciantes. Enfin, elle s'inscrit dans une logique de filière locale, lisible et durable. Pour les restaurateurs, travailler la farine de sarrasin, c'est faire le choix d'un ingrédient qui a du sens, qui raconte quelque chose et qui apporte une vraie signature en cuisine. C'est exactement ce que recherchent de plus en plus de professionnels aujourd'hui.

Scannez  
ou retrouvez  
nos producteurs  
locaux sur  
METRO-local.fr



# Les desserts, traditionnels, de nos régions,

Des classiques emblématiques aux desserts plus confidentiels, la pâtisserie française se décline en une mosaïque de savoir-faire régionaux. Ancrées dans leurs terroirs, ces spécialités ont chacune leur propre histoire.



### La tarte aux myrtilles AUVERGNE-RHÔNE-ALPES

Issue des traditions montagnardes d'Auvergne, la **tarte aux myrtilles** met à l'honneur ce fruit sauvage, cueilli dans les massifs volcaniques. Traditionnellement réalisée sans appareil, elle repose sur une pâte brisée ou sablée simplement garnie.



### Le Pithiviers CENTRE-VAL DE LOIRE

Spécialité du Loiret, le **pithiviers** fondant se distingue par son appareil riche en amandes, recouvert de glaçage et de fruits confits. Il en existe aussi une version feuilletée, proche de la galette des rois.



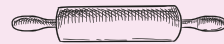
### Les nonnettes de Dijon BOURGOGNE-FRANCHE-COMTÉ

Petits gâteaux ronds à la saveur épicée, les **nonnettes de Dijon** associent miel et marmelade d'orange. Leur pâte moelleuse délicatement parfumée reflète le savoir-faire des maisons traditionnelles bourguignonnes.



### Le Fiadone CORSE

Peu sucré et parfumé aux agrumes, le **fiadone** se prépare à base de brocciu, fromage frais de brebis ou de chèvre. Fondant et léger, proche du cheesecake par sa texture, on le déguste principalement pendant l'hiver. ▶



### Le kouign-amann BRETAGNE

Issu du pays de Douarnenez, le **kouign-amann** est un feuilleté riche en beurre et en sucre, dont la cuisson provoque une caramélisation intense. Son contraste entre croûte croustillante et cœur fondant en a fait l'un des symboles de la pâtisserie bretonne.



### Le merveilleux HAUTS-DE-FRANCE

Né dans les Flandres au début du **xx<sup>e</sup>** siècle, le **merveilleux** est un entremets aérien composé de meringue, de crème fouettée et de copeaux de chocolat. Son équilibre unique entre croquant, onctuosité et légèreté en fait une spécialité emblématique du patrimoine pâtissier du Nord.



### Le Saint-Honoré ÎLE DE FRANCE

Créé au **xix<sup>e</sup>** siècle et dédié au saint patron des boulangers, le **Saint-Honoré** associe pâte feuilletée ou brisée, choux caramélisés et crème chiboust. Sa construction complexe en fait un marqueur du savoir-faire de la pâtisserie parisienne.



### Le kougelhoppf GRAND EST

Brioche levée à la levure de bière enrichie de raisins secs et d'amandes, le **kougelhoppf** est reconnaissable à sa forme de couronne cannelée. D'origine alsacienne, il est servi lors des grandes occasions, et serait une variante du panettone italien.



### La fougasse d'Aigues-Mortes OCCITANIE

Traditionnellement partagée lors des fêtes, la **fougasse d'Aigues-Mortes** est une brioche plate parfumée à la fleur d'oranger. Sa recette transmise de génération en génération est devenue un emblème du patrimoine culinaire local.



### Le gâteau nantais PAYS-DE-LA-LOIRE

Marqué par l'histoire portuaire de Nantes, le **gâteau nantais** associe beurre, poudre d'amandes et rhum dans une texture dense et fondante, nappée de glaçage. Créé en 1820, il est aujourd'hui toujours préparé par les pâtisseries nantais.



### La teurgoule NORMANDIE

Résultat d'une cuisson longue et douce, la **teurgoule** est un riz au lait parfumé à la cannelle, reconnaissable à sa croûte brunie. Sa texture dense et réconfortante en fait une spécialité emblématique de la tradition normande.



### Le canelé bordelais NOUVELLE AQUITAINE

Avec sa croûte caramélisée et son cœur tendre, le **canelé bordelais** est délicatement parfumé au rhum et à la vanille. Longtemps confidentiel, il est aujourd'hui devenu un incontournable de la pâtisserie française.



### La tarte tropézienne PROVENCE-ALPES-CÔTE D'AZUR

Créée dans les années 1950 à Saint-Tropez, la **tarte tropézienne** associe une brioche moelleuse à une crème onctueuse, traditionnellement parfumée à la fleur d'oranger. Populaire et iconique, elle est l'un des symboles de la Côte d'Azur.



### Le tourment d'amour FRANCE D'OUTRE-MER

Originaire des Antilles, le **tourment d'amour** est un petit gâteau rond et moelleux, fourré à la noix de coco, spécialité des îles des Saintes. Selon la tradition, il était préparé par les femmes de marins saintois pour réconforter leurs maris à leur retour de mer.



# Claire Santos Lopes

AU RYTHME DES SAISONS

Formée d'abord à la cuisine avant de choisir la voie du sucré, Claire Santos Lopes a construit une identité pâtissière singulière, nourrie par les cuissons, le travail du fruit et une grande liberté créative. Cheffe pâtissière au *Royal Champagne*, elle signe des desserts précis, sensibles, profondément ancrés dans la saisonnalité.



## Claire Santos Lopes, la pâtisserie a-t-elle toujours été une vocation ?

Pas du tout. À la base, je voulais être en cuisine. J'ai commencé des études en hôtellerie-restauration dans l'idée de travailler derrière les fourneaux. La pâtisserie est arrivée un peu par hasard, lors d'un stage. J'ai trouvé ça très stimulant, très créatif. Presque sur un coup de tête, j'ai décidé d'en faire mon métier.

## Ce stage décisif s'est déroulé dans un lieu très particulier...

Oui, à l'Élysée, dans les cuisines du président ! Le chef à l'époque était Bernard Vaussion, et son second, Guillaume Gomez. C'était impressionnant, bien sûr, mais extrêmement formateur. Ça m'a permis de prendre confiance et de me projeter dans ce métier. J'ai poursuivi avec un bac technologique hôtelier à Paris, puis un BTS à l'école Ferrandi. Des formations très complètes, où l'on touche à tout. Je voulais entrer tout de suite dans le concret.

## Comment démarre alors votre carrière professionnelle ?

J'ai postulé au *Burgundy*. Après une journée d'essai, le chef de l'époque, Stéphane Tranchet, m'a donné ma chance. Puis j'ai rejoint le *Prince de Galles*, sous la direction de Yann Couvreur, puis de son successeur Nicolas Paciello. J'ai travaillé trois ans avec lui, passant de commis à cheffe de partie. C'est vraiment là que j'ai pris confiance et que j'ai progressé techniquement.



**J'AIME TRAVAILLER LES CUISSONS, RÔTIR LES FRUITS À LA POÊLE, COMME ON LE FERAIT POUR UNE VIANDE.**



le dessert. C'est une création qui illustre bien ma recherche permanente autour des cuissons du fruit.

## Comment naissent vos nouvelles créations ?

Je travaille uniquement avec les saisons. Quand un produit disparaît, on passe à autre chose. Je pars toujours d'un ingrédient. Ensuite, je construis à partir de mes envies personnelles, puis j'affine avec mon second. On teste, on ajuste, on goûte, jusqu'à trouver le bon équilibre.

## Quel est votre rapport à la tradition et à l'innovation ?

Les classiques sont des bases magnifiques. On ne réinvente pas tous les jours la crème pâtissière ou le feuilletage. En revanche, on peut jouer sur les associations, les cuissons, les présentations. L'important est de faire plaisir aux clients, entre réconfort et découverte. L'innovation doit toujours rester lisible.

## Quels sont vos projets pour l'avenir ?

Le restaurant est aujourd'hui étoilé, et notre objectif est clair : viser la deuxième étoile ! Personnellement, je souhaite continuer à évoluer dans la gastronomie de haut niveau.

## Quel conseil donneriez-vous à un jeune pâtissier ?

De s'accrocher. C'est un métier exigeant, avec des horaires parfois difficiles, surtout au début. Il faut tenir. La passion, plus on s'y accroche, plus elle nous porte ! ▶

## Vous êtes aujourd'hui cheffe pâtissière au Royal Champagne.

Oui, j'y suis arrivée en juin 2022. C'est un cadre exceptionnel, qui me laisse une grande liberté de création. Cela me permet de m'exprimer pleinement et de construire une pâtisserie qui me ressemble.

## Comment définiriez-vous votre identité pâtissière ?

Ma pâtisserie est très influencée par la cuisine. J'aime travailler les cuissons, rôtir les fruits à la poêle, comme on le ferait pour une viande ou un légume. Mon parcours en cuisine m'a donné ce goût des textures, des températures, des sauces. Le fruit est central dans mes desserts. J'aime le cuire, le transformer, le sublimer. Il apporte naturellement le sucre, ce qui permet de proposer des desserts moins sucrés, plus équilibrés.

## Une création récente illustre-t-elle particulièrement cette démarche ?

J'ai récemment travaillé une figue en croûte de pain. Comme on peut cuire un aliment en croûte de sel ou de sucre, j'ai imaginé une cuisson douce dans un pain complet. La figue restait entière, très fondante. Les parures de pain étaient ensuite transformées en siphon pour accompagner

LES RECETTES DE LA CHEFFE

# Poire Louise bonne pochée, noisette & yuzu.

La poire Louise Bonne, pochée avec précision et relevée d'un éclat de yuzu, trouve dans le streusel et la glace noisette un contrepoint torréfié d'une grande finesse, entre fraîcheur acidulée et profondeur gourmande.



Scannez  
ou retrouvez  
la recette sur  
METRO.fr



LES RECETTES DE LA CHEFFE

# Vanille de Madagascar, maïs, thé genmaicha & whisky

Autour de la vanille de Madagascar, le maïs, le genmaicha et une pointe de whisky composent un dessert d'une rare complexité aromatique, où l'infusion, la torréfaction et l'amertume dialoguent avec une maîtrise presque orchestrale.



Scannez  
ou retrouvez  
la recette sur  
METRO.fr





# Jérôme Devreese

L'INSTINCT DES GOÛTS

Du bassin d'Arcachon aux palaces parisiens, Jérôme Devreese a construit une pâtisserie guidée par la technique, l'instinct et l'émotion. Rencontre avec un chef pour qui le dessert est avant tout une invitation au voyage.

## Comment est née votre vocation de pâtissier ?

Je ne viens pas d'une famille de cuisiniers. J'ai commencé par la cuisine, avec un CAP du côté de Bordeaux. Dans le restaurant où je travaillais, on faisait peu de desserts. J'ai commencé à en proposer, puis un jour j'ai réalisé une omelette norvégienne. Le pochage de la meringue, la possibilité de donner naissance à des formes par un geste la main... Ça a été un vrai déclic. J'ai compris que la pâtisserie offrait une liberté créative qui me parlait profondément. Après une mention complémentaire à Arcachon, une alternance dans le seul étoilé

## En juin 2019, vous ouvrez *Le Faham* avec votre épouse, la cheffe Kelly Rangama. Quelle est l'identité du lieu ?

Notre cuisine est guidée par une empreinte ultramarine. Kelly est originaire de La Réunion, ma mère vit en Guadeloupe. Cette double influence nourrit toute notre carte. Nous voulons que chaque plat, chaque dessert, raconte un peu ce voyage entre les îles et l'Hexagone. Ce n'est pas une cuisine fusion ni une relecture modernisée, notre ambition est de montrer qu'avec des produits ultramarins, on peut faire de la gastronomie étoilée.

vanille, gingembre-mangue, agrumes, épices... Je pense aussi beaucoup au discours, comment expliquer le dessert, comment raconter son histoire. L'assiette doit être lisible, cohérente et évocatrice.

## Aujourd'hui, quels sont vos objectifs ?

Conserver notre étoile et continuer à faire voyager nos clients. Nous n'avons pas l'ambition d'en décrocher une deuxième. Ce qui nous anime, c'est la régularité, la créativité et le plaisir de partager notre univers. Chaque menu est pensé comme un carnet de route, un itinéraire gustatif.



**QUAND LES ACCORDS DE GOÛT DEVIENNENT INSTINCTIFS, ON SAIT QU'ON A FRANCHI UN CAP.**



du coin, puis deux expériences dans des étoilés, je suis monté à Paris j'ai intégré le *Pavillon Ledoyen*, le *Bristol*, le *George V*, *La Réserve* et enfin le *Prince de Galles*. Rigueur, précision, gestion de la pression, mais construction personnelle, chaque maison m'a apporté quelque chose.

## Y a-t-il eu des rencontres décisives dans ce parcours ?

Laurent Jeannin, chef pâtissier du *Bristol*, a été un véritable mentor. C'est là que j'ai compris qui j'étais en tant que pâtissier. J'ai aussi énormément appris aux côtés de Nicolas Paciello, dont j'ai été le sous-chef à *La Réserve* puis au *Prince de Galles*. Avec lui, j'ai consolidé mes compétences en management, en organisation, en gestion. C'était une étape indispensable avant de me lancer !

En cuisine, cela se traduit par l'utilisation d'épices, de feuillages, de piments et de produits parfois rares, comme le gingembre-mangue, le kaloupilé, le bois d'Inde, la farine de fruit à pain... Nous avons la chance de recevoir des produits directement des îles grâce à nos familles. Cela nous permet d'aller très loin dans l'authenticité des goûts. On poêle, on flambe, on joue avec les textures et les températures. Les desserts sont éphémères, plus fragiles, mais aussi plus précis. On peut travailler des émulsions légères, des croustillants très fins. Le produit reste central, c'est sa saisonnalité, sa texture et son taux de sucre qui guident la création. Une création naît toujours du produit. Si je reçois une mangue de La Réunion, je la goûte, j'analyse sa fibre, son sucre, sa fraîcheur. Ensuite, j' imagine des accords :

## Comment travaillez-vous avec METRO au quotidien ?

À Nanterre, l'offre est très complète et qualitative ! Notamment sur la marée, l'épicerie, le chocolat... On trouve aussi parfois de très beaux produits, comme des mains de Bouddha ou certains piments rares.

## Quels conseils donneriez-vous à un jeune pâtissier ?

Oser se lancer et croire en son projet. Mais surtout ne pas brûler les étapes. Il faut apprendre les bases, passer par toutes les marches, commis, chef de partie, sous-chef, puis chef. C'est un métier exigeant, et c'est ce temps long qui forge la maîtrise. Quand les accords de goût deviennent instinctifs, on sait qu'on a franchi un cap. Tant qu'on est jeune, il faut y aller ! ▶

LES RECETTES DU CHEF

# Dessert chocolat, piment, noisette,

Dans ce dessert, la densité d'un crémeux infusé au bois d'Inde dialogue avec l'amertume nette du cacao et la chaleur maîtrisée du piment, composant un ensemble structuré, intense et remarquablement équilibré.



Scannez  
ou retrouvez  
la recette sur  
METRO.fr



LES RECETTES DU CHEF

# Pomme tapée au galabé & aux épices, ravioles de cédrat confit & sorbet, gingembre-mangue,

Lentement confite puis déshydratée, cette création concentre la douceur caramélisée de la reinette et la profondeur des épices. La raviole de cédrat et le sorbet gingembre-mangue apportent du relief à l'ensemble.



Scannez  
ou retrouvez  
la recette sur  
METRO.fr





# Quand la fleur devient ingrédient

**METRO**  
*Chef*

Longtemps décorative, la fleur devient un ingrédient à part entière. Avec sa nouvelle gamme de fleurs comestibles METRO Chef, développée avec le producteur Marius Auda, METRO met en avant un savoir-faire agricole exigeant et pensé pour l'usage professionnel.

Installée à proximité de Nice depuis plusieurs générations, l'exploitation Marius Auda s'est spécialisée dans la production de végétaux exclusivement destinés à l'alimentaire. Les fleurs comestibles, développées depuis plus de vingt ans, occupent une place singulière dans cette histoire. Un positionnement encore marginal à leurs débuts, à une époque où « *mettre des fleurs dans l'assiette était assez rare* » rappelle Pascaline Auda Revel responsable commerciale chez Marius Auda. Progressivement, elles se sont imposées dans le vocabulaire culinaire, à condition toutefois « *qu'elles aient un vrai rôle* » et ne se limitent pas à un effet visuel.



L'histoire de Marius Auda est celle d'un choix assumé pour une agriculture de précision. Sur l'exploitation, chaque variété est sélectionnée pour ses qualités aromatiques autant que pour sa tenue et sa régularité. Les cycles de production sont maîtrisés, les récoltes réalisées à la main, au bon moment. Cette exigence permet de garantir une fraîcheur optimale et une constance indispensable aux usages professionnels. Un point sur lequel Pascaline Auda Revel insiste particulièrement : « *pour un chef ou un pâtissier, la régularité est essentielle. Il faut retrouver le même produit, semaine après semaine* ».

Cette approche rejoint naturellement les engagements portés par METRO Chef. Pour cette nouvelle gamme de fleurs comestibles, METRO recherchait un producteur capable de répondre à des critères stricts de qualité, de traçabilité et de régularité d'approvisionnement. Le travail déjà engagé avec Marius Auda a rendu cette évidence tangible. Même exigence du produit juste, même attention

“  
**UNE FLEUR DOIT  
APPORTER QUELQUE  
CHOSE, CRÉER UNE  
ASSOCIATION, PAS  
SEULEMENT FINIR  
UNE ASSIETTE.**”

portée à l'usage final en cuisine, même volonté de valoriser le travail agricole. « *On parle le même langage* », résume simplement la productrice, celui « *du produit bien fait et pensé pour être utilisé* ».



La diversité de l'offre développée par Marius Auda a également joué un rôle clé dans la construction de la gamme. Au fil des saisons, l'exploitation cultive aujourd'hui près d'une trentaine de variétés, chacune avec son profil aromatique, sa texture et ses possibilités culinaires. Depuis plusieurs années, le travail s'est recentré sur le goût. « *Une fleur doit apporter quelque chose, créer une association, pas seulement finir une assiette* », explique Pascaline Auda Revel. Un terrain

d'expression particulièrement riche pour les pâtissiers, qui trouvent dans la fleur un moyen d'apporter nuance, fraîcheur et surprise, sans jamais masquer le goût. Avec cette gamme METRO Chef, l'objectif est clair : mettre à disposition des professionnels une sélection lisible, prête à l'emploi, tout en donnant à voir le travail du producteur qui en est à l'origine. Une façon de rappeler que derrière chaque produit se joue une alliance étroite entre exigence agricole et créativité culinaire.

## SIX FLEURS METRO Chef AUX SIX PROFILS AROMATIQUES

La gamme METRO Chef se compose de six références emblématiques, choisies pour leur complémentarité et leur facilité d'utilisation en pâtisserie.



**1 La bourrache**  
Elle se distingue par sa saveur fraîche, presque iodée, évoquant le concombre. Elle apporte une note vive aux desserts aux agrumes, aux crèmes légères ou aux entremets.



**2 Le tagète**  
Séduit grâce à ses notes d'agrumes et de fruits exotiques, rappelle parfois le fruit de la passion. Il fonctionne particulièrement bien dans les crèmes, les ganaches et les desserts à base de fruits jaunes.



**3 L'œillet du poète**  
Cette fleur développe des arômes subtils, proches du clou de girofle et de la muscade. Il trouve naturellement sa place dans les biscuits, les sirops ou les desserts épicés.



**4 La pensée**  
Douce et végétale, elle séduit par sa polyvalence. Elle accompagne aussi bien les pâtisseries fruitées que les créations chocolatées, tout en apportant une dimension visuelle immédiatement reconnaissable.



**5 Les feuilles de capucine**  
Elles offrent un goût légèrement poivré, idéal pour créer des contrastes dans des desserts peu sucrés, des sablés ou des préparations au chocolat noir.



**6 Le souci**  
Il développe une saveur légèrement amère et herbacée, intéressante pour équilibrer des préparations sucrées et jouer sur des accords plus complexes.



# Tour du monde des pâtisseries.

Des desserts emblématiques aux spécialités plus confidentielles, la pâtisserie mondiale se décline en une grande diversité de formes, de textures et d'ingrédients. Chaque région a façonné ses douceurs à partir de son climat, de ses ressources et de ses traditions, donnant naissance à des recettes profondément ancrées dans les usages locaux.

Tiramisu



Scones



Tarta de santiago



Sticky toffee pudding



## Europe occidentale

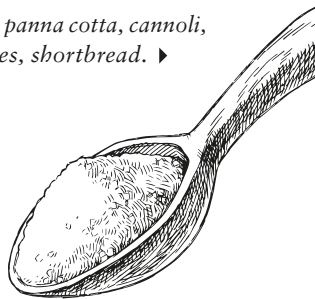
En Europe occidentale, la pâtisserie repose sur une forte tradition domestique et artisanale, avec des recettes liées aux usages quotidiens autant qu'aux fêtes. En Italie, le *tiramisu*, composé de biscuits imbibés de café, de mascarpone et de cacao, s'est d'abord transmis dans le cadre familial avant de devenir un dessert largement diffusé. La *sfogliatella* napolitaine, à la pâte feuilletée croustillante et à la garniture de ricotta parfumée aux agrumes, illustre une recherche de contraste dans les textures.

En Espagne, la pâtisserie est souvent associée aux moments collectifs. Les *churros*, frits et servis avec du chocolat chaud, relèvent davantage du rituel que du dessert de fin de repas. La *tarta de Santiago*, à base d'amandes, œufs et sucre, reflète une pâtisserie sobre, marquée par l'histoire religieuse et les chemins de pèlerinage.

En Belgique, la pâtisserie dialogue étroitement avec la boulangerie. La gaufre de Liège, dense et caramélisée grâce au sucre perlé, se distingue de la gaufre de Bruxelles, plus légère et aérée. Le spéculoos, biscuit épicé lié aux fêtes de fin d'année, s'est imposé comme une référence bien au-delà de ses frontières d'origine.

Au Royaume-Uni, la pâtisserie privilégie le réconfort et la simplicité. Le *Victoria sponge cake*, garni de confiture et de crème, est indissociable du tea time. Le *sticky toffee pudding*, gâteau moelleux aux dattes nappé de sauce au caramel, incarne une tradition de desserts chauds, pensés pour les climats tempérés et les repas familiaux.

**ON Y TROUVE AUSSI :** *panna cotta, cannoli, pastel de nata, scones, shortbread.* ▶





## Kanelbullar



### Europe du Nord

Les pays nordiques privilégient des pâtisseries peu sucrées, souvent parfumées aux épices. En Suède, le *kanelbullar*, brioche roulée à la cannelle, accompagne les pauses-café quotidiennes. En Finlande, les brioches à la cardamome occupent une place centrale dans les usages domestiques.

**ON Y TROUVE AUSSI :** *semmla*, *kringla*, *pepparkaker*.

## Mango sticky rice



### Asie du Sud-Est

Les desserts y sont étroitement liés au riz, au lait de coco et au sucre de palme. En Thaïlande, le *mango sticky rice* associe riz gluant, mangue fraîche et crème de coco. Aux Philippines, le *bibingka*, gâteau de riz cuit dans des feuilles de bananier, est traditionnellement consommé lors des fêtes de fin d'année.

**ON Y TROUVE AUSSI :** *klepon*, *kue lapis*, *putu*.

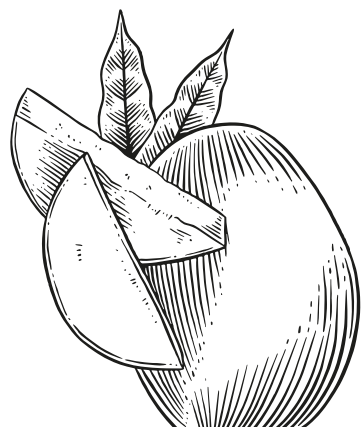
## Sachertorte



### Europe centrale et orientale

Dans cette région, les pâtisseries sont souvent associées aux cafés et aux temps longs. En Autriche, la *Sachertorte*, gâteau au chocolat garni de confiture d'abricot, s'inscrit dans la tradition viennoise du dessert dense et structuré. En Hongrie, le *dobos torta*, composé de fines couches de biscuit et de crème au beurre, est surmonté d'un disque de caramel.

**ON Y TROUVE AUSSI :** *strudel*, *kremšnita*, *medovník*.



## Mooncakes



### Asie orientale

En Asie orientale, la pâtisserie privilégie les textures et une douceur mesurée. En Chine, les *mooncakes*, dégustés lors de la fête de la mi-automne, sont garnis de pâte de lotus ou de haricots rouges. Au Japon, les *wagashi*, souvent à base de riz gluant et d'*anko*, accordent autant d'importance à l'esthétique qu'au goût.

**ON Y TROUVE AUSSI :** *dorayaki*, *mochi*, *daifuku*.

## Baklava



### Moyen-Orient et Méditerranée orientale

La pâtisserie y repose sur l'usage du miel, des fruits secs et des pâtes fines. Le *baklava*, commun à plusieurs pays, superpose feuilles de pâte, pistaches ou noix et sirop. Le *knafeh*, à base de fromage et de pâte *kataifi*, se consomme chaud, souvent lors des fêtes ou au petit matin.

**ON Y TROUVE AUSSI :** *maamoul*, *basbousa*, *halva*.

## Dulce de leche



### Amérique latine

La pâtisserie latino-américaine est marquée par l'usage du lait et du caramel. Le *dulce de leche* se retrouve dans de nombreuses recettes, notamment les *alfajores*, biscuits garnis d'une couche épaisse de caramel. Le *tres leches*, gâteau imbibé de trois laits, est emblématique des desserts de fête.

**ON Y TROUVE AUSSI :** *churros*, *pan dulce*, *quesillo*.

## Gulab jamun



### Sous-continent indien

La pâtisserie indienne est largement liée aux traditions religieuses et festives. Le *gulab jamun*, boule frite imbibée de sirop, est servi lors des grandes célébrations. Le *rasgulla*, à base de fromage frais et de sirop léger, privilégie une texture souple et aérienne.

**ON Y TROUVE AUSSI :** *barfi*, *jalebi*, *laddu*.

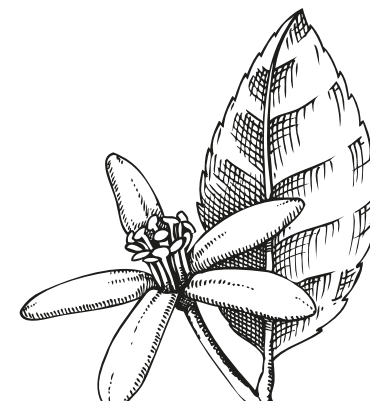
## Cornes de gazelle



### Afrique du Nord et Afrique de l'Ouest

En Afrique du Nord, les pâtisseries héritent de traditions anciennes. Les cornes de gazelle, fourrées à l'amande et parfumées à la fleur d'oranger, sont associées aux grandes occasions. En Afrique de l'Ouest, les desserts sont plus simples et souvent frits. Les beignets, appelés *puff puff* ou *mikate*, relèvent autant de la pâtisserie que de la cuisine de rue.

**ON Y TROUVE AUSSI :** *makrout*, *chebakia*, *thiakry*.



## Brownie



### Amérique du Nord

En Amérique du Nord, la pâtisserie s'est développée autour du foyer et du partage. Le *brownie*, dense et chocolaté, et le *cheesecake*, à base de fromage frais, privilégient des textures franches, pensées pour les grandes tablées et les usages collectifs.

**ON Y TROUVE AUSSI :** *cookies*, *cupcakes*, *pecan pie*.



## L'art de la fusion

Les pâtisseries françaises s'ouvrent de plus en plus aux influences du monde. Les chefs intègrent désormais des ingrédients et des techniques venues d'ailleurs. Le *matcha* japonais, les épices du Maghreb ou encore les fruits tropicaux océaniques transforment les classiques en créations audacieuses. Cette tendance « *fusion* » ne se limite pas à l'exotisme : elle célèbre un dialogue entre les cultures, et rappelle que la pâtisserie, comme la cuisine, est un langage universel.



# Quand la pâtisserie inspire le verre,

Depuis quelques années, la pâtisserie s'impose comme un terrain d'inspiration majeur pour les mixologues. Non pas pour produire des cocktails sucrés ou démonstratifs, mais pour emprunter à la pâtisserie sa rigueur, sa précision et sa manière de structurer le goût.

Les cocktails dits pâtisseries reposent avant tout sur une construction maîtrisée, où chaque élément a une fonction précise. Cette approche séduit de plus en plus de professionnels, car elle permet de renouveler l'offre sans tomber dans l'effet gadget.

Le cocktail devient une composition à part entière, pensée comme un dessert, mais servie au verre.

## Le sucre comme outil de construction

Premier enseignement issu de la pâtisserie: le sucre n'est pas un simple correcteur, mais un ingrédient technique. Les *bartenders* s'éloignent des sirops standards pour privilégier des préparations plus fines. Cordials d'agrumes, réductions de fruits, caramels légers, miels dilués ou sucres infusés permettent d'apporter de la rondeur sans saturer le palais. Un *Old Fashioned* inspiré de la pâtisserie peut ainsi s'appuyer sur un caramel blond déglacé au jus de pomme ou de poire, associé à un whisky sec et structuré. Le sucre soutient l'équilibre, sans masquer le spiritueux.

## Travailler la texture comme en pâtisserie

La pâtisserie inspire également une réflexion essentielle sur la texture. Mousses, émulsions, crèmes légères ou gels souples deviennent des outils de composition au bar. Blanc d'œuf, *aquafaba*, crème, mascarpone ou yaourt permettent de créer de la

longueur en bouche et des contrastes maîtrisés. Un cocktail inspiré du tiramisu, par exemple, peut associer un café extrait à froid, une liqueur de cacao peu sucrée, un spiritueux brun et une émulsion légère au mascarpone. L'objectif n'est pas de reproduire le dessert, mais d'en évoquer les sensations.

## Les grands desserts comme matrices

Tarte au citron, flan, Paris-Brest, forêt-noire ou poire Belle-Hélène offrent des architectures facilement transposables en cocktail. Une tarte au citron devient ainsi un verre tendu et lisible : gin ou vodka, citron travaillé en cordial, pointe lactée ou mousse légère pour rappeler la meringue, finale nette et fraîche. Ces références servent de cadre. Elles aident à structurer le cocktail sans l'alourdir, en conservant une lecture claire pour le client.

## Cuissons et arômes profonds

Autre source d'inspiration forte : le travail des cuissons. Fruits rôtis, beurre noisette, caramélisation, cacao torréfié ou café infusé lentement apportent de la profondeur aromatique, particulièrement intéressante en fin de repas. Un cocktail autour de la poire pochée peut ainsi mêler eau-de-vie de fruit, sirop réduit, amande et une note légèrement beurrée, pour une sensation pâtissière maîtrisée et élégante.

## Une réponse aux enjeux de fin de repas

Pour les professionnels, les cocktails pâtisseries répondent à un enjeu précis: proposer une alternative crédible au dessert ou accompagner la fin du repas. Moins lourds qu'une assiette sucrée, plus construits qu'un digestif, ils trouvent naturellement leur place sur des cartes courtes et cohérentes, en dialogue direct avec la cuisine et la pâtisserie.



# Pour une pâtisserie responsable,

La pâtisserie professionnelle intègre aujourd'hui pleinement les enjeux de responsabilité environnementale et sociale. Écoconception, lutte contre le gaspillage et sourcing engagé deviennent de véritables leviers d'innovation et de création.



Autre pilier majeur de la tendance, le recours aux circuits courts et au sourcing responsable. De plus en plus d'artisans privilégient des matières premières locales et de saison (farines issues de blés anciens, œufs plein air, fruits régionaux) afin de réduire l'empreinte carbone et de renforcer la traçabilité de leurs créations. Cette relocalisation s'inscrit dans une dynamique plus large de filières durables, portée notamment par la croissance du marché bio.

L'*upcycling* ouvre également de nouvelles perspectives créatives. Drêches de brasserie transformées en farine ou fibres de fruits issues de coproduits, ces pratiques circulaires valorisent chaque ressource tout en enrichissant l'offre gustative et nutritionnelle. Au-delà de la réduction des déchets, elles témoignent d'un changement de regard sur la matière première, devenue source d'inspiration. Pour une pâtisserie plus vertueuse, qui conjugue sens et gourmandise.

Réduction des emballages, choix de matériaux recyclables ou compostables, valorisation des circuits courts, l'écoconception s'impose progressivement comme un standard du secteur de la pâtisserie. En parallèle, la lutte contre le gaspillage alimentaire s'intensifie grâce à une production plus ajustée, à l'optimisation énergétique ou aux partenariats avec des plateformes dédiées. Les invendus deviennent une ressource créative. Biscuits conçus à partir de restes de pain bio, pain de mie ou croissant perdus et recettes antigaspi sont désormais largement relayées sur les réseaux sociaux, une mine d'inspiration.





# Duel de Chefs

## ALEXIS POCINHO

**PLAT SIGNATURE:**  
Un poireau vinaigrette  
en dessert !

**CARACTÈRE:**  
Persévérant.

**PORTRAIT CHINOIS:**  
*Si tu étais une recette,  
laquelle serais-tu ?*  
Un nounours à la guimauve.

*Si tu ne devais choisir  
qu'un parfum de glace,  
lequel choisirais-tu ?*  
Le sorbet à la cerise.

*Si tu étais une viennoiserie,  
laquelle serais-tu ?*  
Un croissant.

*Si tu étais une boisson,  
laquelle serais-tu ?*  
Un espresso.

*Si ton adversaire était une  
pâtisserie, laquelle serait-il ?*  
Un citron givré !

À votre gauche, Alexis Pocinho, originaire du Gers, fils de pâtissier, il fait d'abord un stage auprès de Franck Putelat avant de passer chef pâtissier et chef exécutif du restaurant de l'Hôtel du Parc auprès de son mentor, à La Table de Franck Putelat. À votre droite, Axel Goujon, après être passé chez Patrick Roger, Benoît Charvet ou encore Olivier Bajard, c'est auprès du trois étoiles Gilles Goujon, son père, à l'Auberge du Vieux Puits qu'il officie en tant que chef pâtissier. Un duel autour du chocolat.

## AXEL GOUJON

**PLAT SIGNATURE:**  
Cristalline de rhubarbe à la fraise, sablé pain d'épice, crème légère à la vanille, sorbet verveine, coulis à l'hibiscus et genièvre comme un "Gin".

**CARACTÈRE:**  
Patient.

**PORTRAIT CHINOIS:**

*Si tu étais une recette,  
laquelle serais-tu ?*  
Un framboisier chocolat.

*Si tu ne devais choisir  
qu'un parfum de glace,  
lequel choisirais-tu ?*  
La glace à la vanille.

*Si tu étais une viennoiserie,  
laquelle serais-tu ?*  
Un pain au chocolat.

*Si tu étais une boisson,  
laquelle serais-tu ?*  
Un gin.

*Si ton adversaire était une  
pâtisserie, laquelle serait-il ?*  
Un beau poireau en dessert !

## L'OBJECTIF

# Le chocolat

Ingrédient universel de la pâtisserie, le chocolat est à la fois un produit agricole, un savoir-faire de transformation et un terrain d'expression créative. De l'origine des fèves à la palette aromatique finale, il concentre des enjeux de qualité, de saisonnalité et de maîtrise technique essentiels aux professionnels.

## Saveur

Selon l'origine des fèves et leur fermentation, le chocolat développe des notes fruitées, florales, épicées, boisées ou torréfiées. En pâtisserie, il se travaille cru, fondu, émulsionné ou cuit. Sa sensibilité à la chaleur impose aux chefs de maîtriser précisément les températures afin de préserver sa finesse aromatique.

## Caractéristiques

Le chocolat se décline en noir, lait, blanc ou blond, et sous formes variées, pistoles, tablettes, blocs ou poudres. Sa couleur va de l'ivoire au brun profond et son aspect peut être mat ou brillant. Plus ou moins fondante, sa texture dépend de sa teneur en beurre de cacao et de son raffinage.

## Origine

Issu des fèves du cacaoyer (*Theobroma cacao*), arbre originaire d'Amérique centrale et du sud, le chocolat trouve ses racines dans une culture du cacao vieille de plus de 3 000 ans. Les civilisations précolombiennes consommaient ses fèves fermentées et broyées sous forme de boisson amère et épicée. Introduit en Europe au XVI<sup>e</sup> siècle, le cacao est ensuite sucré, raffiné et solidifié à partir du XIX<sup>e</sup> siècle, donnant naissance au chocolat moderne.

## Saison

Le cacao est récolté toute l'année, avec deux périodes principales selon les régions tropicales. Si la grande récolte a généralement lieu entre octobre et mars, la récolte intermédiaire, dite "petite récolte", se déroule plutôt entre les mois d'avril et de juin. Le cacaoyer pousse à l'ombre, en climat chaud et humide, et sa culture reste aujourd'hui encore majoritairement manuelle.



### Chocolat betteraves

PAR ALEXIS POCINHO

Pétales de betterave, à la fois croquantes et fondantes, posées sur une ganache dense et un *brownie* subtilement poivré qui intensifie la profondeur du chocolat. Dans la racine, un granité de betterave mêlé à une liqueur de cacao apporte fraîcheur et tension. Une sauce chocolat poivré lie l'ensemble, sombre, vive, persistante.

Scannez  
ou retrouvez  
la recette sur  
METRO.fr



“ Je travaille la betterave comme un fruit sombre, entre croquant et fondant, pour dialoguer avec l'amertume profonde et chaude du chocolat. ”



### La Marquise

PAR AXEL GOUJON

Passionnément chocolat, le dessert joue la profondeur d'un cacao à 75%, ample et rond, réveillé par l'acidité nette du fruit de la passion. Mousse aérienne, confit vif, sauce soyeuse, sorbet éclatant et croustillant praliné amande composent l'assiette. À cœur, un praliné coulant prolonge la dégustation. Cinq textures se répondent pour un chocolat dense, nuancé, jamais lourd.

Scannez  
ou retrouvez  
la recette sur  
METRO.fr



“ J'ai cherché la rondeur d'un chocolat noir profond, puis je l'ai réveillée avec l'acidité du fruit de la passion. ”

## ..... LE BREUVAGE DES DIEUX .....

**N**ous sommes au Mexique en novembre 1519. Hernán Cortés a quitté 10 mois plus tôt La Havane à la tête de 10 vaisseaux et plus de 500 hommes pour gagner les côtes mexicaines à la demande du Gouverneur de Cuba Vélasquez de Cuéllar afin d'y établir des contacts commerciaux pour le Roi d'Espagne. Il accoste en avril sur la côte du Yucatán près de l'actuelle Veracruz et marche en direction de Tenochtitlán capitale de l'Empire Aztèque (sur le site de l'actuelle ville de Mexico) qu'il atteint en novembre 1519. Il y est reçu en grande pompe par l'empereur Moctezuma II. Laissez-moi vous conter cette rencontre comme aurait pu le faire un témoin visuel, en me basant sur les récits des chroniqueurs de l'époque.

“ Je me souviens encore de ce jour de novembre 1519, comme si la brume du lac de Texcoco en avait conservé l'empreinte pour l'éternité. Après des mois de marche harassante en direction du soleil couchant, des dizaines de villages soumis sans combattre par le simple étalage de notre force et quelques alliances forgées dans le sang et la peur, nous aperçûmes enfin les murailles de Tenochtitlán, cité prodigieuse dont le reflet des temples pyramidaux dans les eaux stagnantes, semblait nimbé d'or par les premiers rayons de l'aube. Cette ville plus vaste et ordonnée que nombre de nos villes de Castille semblait s'offrir à nous. J'étais alors compagnon de route et officier de notre Capitán General, et nul parmi nous à cet instant ne se doutait que

nous foulions le seuil d'un monde ancien, prêt à basculer irrémédiablement dans un avenir proche qu'il n'aurait pu imaginer. L'empereur Moctezuma, seigneur sans partage de ces vastes terres, vint à notre rencontre mû plus par la curiosité que par la crainte, car un dieu serait-il incarné ne craint aucun humain. Il était porté sur une litière somptueuse, revêtu de plumes bigarrées éclatantes et de plaques d'or qui, miroitant dans le soleil matinal, hypnotisaient nos hommes d'équipage.

Son visage paraissait pourtant mélancolique, presque résigné, comme s'il pressentait déjà le sort funeste que lui réservait cette rencontre. Cortés conscient de l'étonnement et même de la frayeur causée par la vue de nos chevaux, mit pied à terre pour ne pas s'attirer les mauvaises grâces de la foule amassée autour du souverain.



“  
**LA BOISSON ÉTAIT ÉLABORÉE À PARTIR DE FÈVES DE CACAO, LONGUEMENT FERMENTÉES, SÉCHÉES AU SOLEIL, PUIS BROYÉES SUR UNE PIERRE SACRÉE JUSQU'À DEVENIR UNE FINE PÂTE.**”

À son ordre nous fîmes de même et nous nous plaçâmes en ligne. Il s'inclina avec une solennité étudiée, et les interprètes qui suivaient la troupe firent danser les mots tant avec la langue qu'avec les mains, entre deux mondes qui ne se comprenaient qu'à demi.

Après les salutations et les présents d'usage, nous fûmes conduits dans un vaste palais aux murs blanchis et lisses comme du marbre. Là, tandis que l'air se chargeait des fumées d'encens et des senteurs de fleurs inconnues, se déroula ce qui, à mes yeux, marqua plus profondément encore ce jour que les discours et les démonstrations de faste et de pouvoir : la cérémonie du xocoatl, le breuvage sacré des mexicas comme je l'appris alors. Des serviteurs silencieux et masqués, précédés de prêtres et de dignitaires aux larges coiffes emplumées, apportèrent des coupes d'or finement ciselées. Le liquide qu'elles contenaient était sombre, presque noir, surmonté d'une mousse épaisse semblant presque animée. Une odeur âcre et épicée s'en dégageait et emplissait la vaste salle, mêlant l'amertume, la terre humide et une chaleur piquante qui prenait à la gorge.



L'Empereur Moctezuma assis en surplomb sur un trône d'or, but le premier, très lentement, paupières closes avec gravité. Des mélopées rituelles s'élevèrent d'un cœur des prêtres groupés autour de la stèle en contrebas. Après qu'il eut reposé la large coupe vidée, l'Empereur fit signe qu'on le resservit et tendit la coupe à Cortés qui montant une marche, l'attrapât à deux mains. Lorsqu'il porta la coupe à ses lèvres, je vis son visage à peine se crispé. L'amertume était semblait-il farouche, sans aucune amabilité. Pourtant, il but jusqu'à la dernière goutte, sentant que refuser eût été une impardonnable offense. Puis sans rien laisser paraître de ses impressions, il reposa la coupe, s'inclina vers le souverain le remercia de l'honneur qui lui était fait et se tournant vers son interprète demanda la nature de ce breuvage entouré de pompe et de mystère. D'une voix mal assurée, et ayant demandé permission dans sa langue aux prêtres qui officiaient, celui-ci expliqua que la boisson était élaborée à partir de fèves de cacao, longuement fermentées, séchées au soleil, puis broyées sur une pierre sacrée jusqu'à devenir une fine pâte.

Cette pâte ensuite mêlée à de l'eau claire est parfumée de piment rouge, de vanille sauvage et d'autres graines précieuses dont il ne connaissait pas le nom dans notre langue. La mousse, nous expliqua-t-il est l'âme du breuvage : on l'obtient en versant le liquide de haut, encore et encore, jusqu'à ce qu'il prenne corps et respire.



Mais le xocoatl (c'était la première fois que nous entendions ce nom) n'est pas une simple boisson ajouta-t-il, traduisant les phrases du prêtre qui tenait le récipient contenant l'impénétrable breuvage. Sa préparation est un rite ancien et sacré. Les femmes qui broient le cacao se doivent d'être pures, leurs gestes précis, leurs paroles mesurées. On le boit avant les batailles, lors des grandes cérémonies, ou pour honorer les hôtes de haut rang. Il donne force au corps, clarté à l'esprit, et lie inextricablement les Aztèques aux dieux qui en ont fait présent aux humains.

Autour de nous, les nobles observaient en silence, comme si le destin même de leurs royaumes se dessinait dans cette mousse sombre. Je compris alors que ce breuvage résumait mieux que tout la rencontre de nos mondes : alors que nous cherchions l'or et la gloire, ils nous offraient une boisson amère, chargée de rituels et de siècles de croyances : le breuvage des dieux.

Ce jour-là, dans le palais de Moctezuma, tandis que le xocoatl circulait de main en main, je pressentis que nous n'étions pas seulement des conquérants entrant dans une ville ouverte, mais des hommes buvant sans le savoir encore, à la coupe d'un monde sur le point de disparaître, et que l'amertume du xocoatl n'était rien comparée à celle des larmes que verserait bientôt cette civilisation dont nous allions la mèche qui bientôt s'éteindrait.”



Ironie de l'histoire, Hernán qui soumit l'Empire Aztèque en deux ans avec l'aide de la variole (maladie importée par les Espagnols qui décima les indigènes) rêvait d'or et n'enverra in fine qu'entre 2 et 4 tonnes d'or à la Couronne d'Espagne de Charles Quint. La valeur à ce jour serait estimée à environ 200 millions de dollars. Ceci est à rapprocher du véritable trésor rapporté par Cortés et ses successeurs mais dont il ne jouirait pas : le chocolat qui gagna l'Espagne de la renaissance, puis l'Italie, la France...

et finalement le monde entier. À titre de comparaison le chiffre d'affaires mondial du chocolat depuis sa découverte et importation au XVI<sup>e</sup> siècle est estimé à 3 000 milliards de dollars. Soit 15 000 fois plus. Si Cortés avait connu ce chiffre, plutôt que fondre l'or des Aztèques il aurait fait fondre des lingots de chocolat.





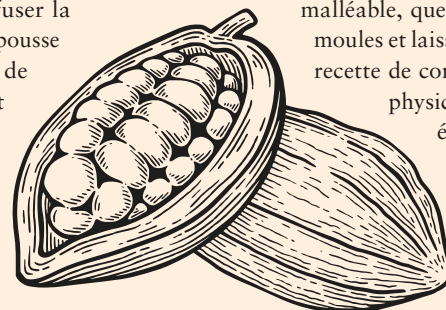
**E**n l'an de grâce 1828, l'Angleterre vit sous le règne du Roi George IV (qui a accédé au trône en 1820 et exercé le pouvoir comme Régent depuis 10 ans en raison de la démence de son père George III). Depuis plus de deux siècles, le chocolat rapporté du Nouveau Monde est bien connu en Europe mais sous une forme liquide, épaisse et amère, réservée à la bourgeoisie fortunée et aux maisons aristocratiques. On le boit chaud, battu avec soin, en général mêlé de sucre et d'épices douces: vanille, cannelle, muscade... L'Angleterre, qui a initié la révolution industrielle, respire au rythme des machines à vapeur, des allées et venues des navires de commerce et des premiers trains de marchandises. Les docks fourmillants de Liverpool et de Bristol exhalent les senteurs mêlées de sucre, de café, de cacao et d'épices en provenance des antipodes. Dans cette nation industrielle un homme s'apprête à transformer à jamais le chocolat. Cet homme se nomme Joseph Fry.

“  
**EN MÉLANGEANT LA POUDRE DE CACAO, LE SUCRE DE CANNE FINEMENT BROYÉ ET LE BEURRE DE CACAO FONDU, IL OBTIENT UNE PÂTE LISSE, MALLÉABLE, QUE L'ON PEUT VERSER DANS DES MOULES ET LAISSER DURCIR.**”



Il tient à Bristol ce qu'on appelle déjà une chocolaterie, la maison *J. S. Fry & Sons* créée par son grand-père en 1761. On y transforme le cacao en pâte et en poudre destinée à la confection de la boisson chocolat. La Société *Fry* est à rapprocher de deux autres fabriques historiques du chocolat britannique: *Rowntree* à York et *Cadbury* à Birmingham.

Ces trois entreprises ont en commun d'avoir été fondées par des Quakers, une société religieuse chrétienne fondée 150 ans plus tôt qui pratique une forme de protestantisme rigoureux en rupture idéologique avec l'Église anglicane, basée sur l'éveil intérieur, l'égalité spirituelle homme-femme, le refus de la violence et l'engagement précoce contre l'esclavage. Ils ont surtout en commun de croire en la science, le travail et de refuser la consommation d'alcool, ce qui les pousse naturellement vers le commerce de boissons sans alcool: thé, café et chocolat. Même si le chocolat anglais bénéficie de l'avancée dans la mécanisation industrielle



(concasseurs, broyeuses et presses à vapeur) sa fabrication demeure imparfaite: la pâte de cacao est trop grasse, trop instable et se prête mal à toute forme solidifiée. Mais dans cette Angleterre du début du XIX<sup>e</sup> siècle qui commence à changer le monde de l'industrie, la science entre dans l'artisanat, et la bourgeoisie montante réclame des denrées nouvelles, plus pratiques à consommer.

Joseph Fry n'est pas seulement marchand. Il possède l'esprit d'un inventeur et d'un chimiste expérimental. Observant la pâte de cacao, il comprend son principal défaut: son excès de matière grasse. Ce défaut va devenir un atout majeur du chocolat tel qu'il l'imagine. Les nouvelles presses mécaniques permettant de séparer le beurre de cacao de la masse des fèves broyées, Joseph a l'intuition décisive, simple en apparence mais révolutionnaire: il imagine réintroduire ce beurre dans la masse cacao, mais en proportion maîtrisée.



En mélangeant la poudre de cacao, le sucre de canne finement broyé et le beurre de cacao fondu, il obtient une pâte lisse, malléable, que l'on peut verser dans des moules et laisser durcir. Ce n'est pas une recette de confiseur, mais une formule physico-chimique, presque une équation mathématique... la trouvaille d'un savant. Trop de beurre et le



chocolat fond. Trop peu et il devient friable, instable. Par des essais inlassablement répétés Joseph Fry trouve enfin l'équilibre espéré dans l'atelier enfumé de Bristol, entre cornues, meules de pierre et presses grinçantes.

Ainsi naît le premier chocolat que l'on peut tenir en main, rompre en morceaux et même croquer et laisser fondre en bouche. Car le beurre a un point de fusion autour de 35°C, tient donc dans la main et fond sur la langue. Ce chocolat « à croquer » sera fabriqué industriellement et commercialisé en tablettes dès 1847. Le chocolat, jusqu'alors produit très élitiste et inconnu du peuple, rencontrera le succès qu'on lui connaît encore aujourd'hui, discret dans ses débuts, mais il s'imposera définitivement.

Les autres grandes chocolateries, *Rowntree*, *Cadbury* (qui rachètera d'ailleurs *Fry & Sons* au sortir de la 1<sup>re</sup> Guerre Mondiale), emboîteront le pas et bientôt dans le pays et sur tout le continent le chocolat allait quitter les tasses et les cuisines pour entrer dans les paniers, les poches et les cartables. Trois siècles après sa découverte au Mexique, la boisson des dieux devenait le goûter des écoliers.

**Ferniat**  
**FAIT LE MARCHÉ**  
**LE DIMANCHE DE 10H À 11H**  
SUR

**SUD RADIO**

**RETROUVEZ L'ACTUALITÉ DE TOUT CE QUI SE MANGE**  
EN PARTENARIAT AVEC

**les halles METRO**

CONCEPT

# Cupkie

L'ART DE LA PÂTE À COOKIE  
CRUE À LA FRANÇAISE

À Paris, un nouveau lieu ludique et gourmand dépoussière l'univers de la pâtisserie en bousculant nos repères. Avec *Cupkie*, la pâte à cookie crue (ou *cookie dough*) devient une expérience à part entière, pensée pour être dégustée, personnalisée et partagée.



**T**out est parti d'une idée. Simple, mais brillante. À l'origine de *Cupkie*, Megan Villiot, blogueuse mode et influenceuse qui, au hasard d'un voyage à San Francisco en 2017, découvre les enseignes dédiées à la cookie dough. Des lieux où il est possible de déguster, à la cuillère, de la pâte à cookie crue, façonnée comme un dessert, dans son plus simple appareil. Séduite par le côté régressif, plaisant et particulièrement "*instagrammable*" du concept, Megan Villiot comprend à son retour qu'un tel lieu, pourtant en plein essor aux États-Unis, n'existe pas encore en France. De cette découverte naît l'idée de créer sa propre adresse, qu'elle nommera *Cupkie*, contraction évidente de "*cookie*" et de "*cup*". Un lieu ludique, qui propose différentes recettes de pâtes à cookie servies dans une coupe, que chacun peut personnaliser selon ses envies.

Mais Megan Villiot ne se contente pas d'importer la tendance, elle l'adapte. Consciente que la pâte à cookie américaine est souvent trop riche et trop sucrée, l'équipe de *Cupkie* a mis au point des recettes à base de purée d'amande, de noisette bio, de cacao ou de beurre de cacahuète, plus digestes que la version traditionnelle, sans céder sur gourmandise. Sans gluten, sans œufs (exception



faite du blanc d'œuf pasteurisé pour la version "*Classic US*") et même en versions véganes, ces pâtes à cookie artisanales sont élaborées dans un laboratoire pâtissier situé au cœur de Paris. Sans additifs ni conservateurs, elles conservent l'essence même du goût original, moelleux, riche, avec une pointe de sel.

L'expérience *Cupkie* repose également sur la créativité du client. Chaque cup se compose d'une base de pâte à cookie (Originale, Choco Noisette, Végane ou « *Classic US* ») qui peut être accompagnée de plus d'une quarantaine de toppings.

Crème de marrons, coulis de chocolat, granola bio, framboises, myrtilles, noisettes, noix de pécan ou confiseries, l'enseigne va jusqu'à proposer six parfums de glaces artisanales pour jouer autant sur les textures que sur les températures. Avec des combinaisons quasi illimitées, la pâte à cookie crue devient un terrain d'expression où chacun compose sa création, de la plus simple à la plus décadente.

Avec *Cupkie*, le client ne se contente plus de consommer un dessert, il le compose, le personnalise et se l'approprie. En plaçant plaisir et interaction au cœur de son concept, Megan Villiot parvient à fédérer une clientèle fidèle autour d'un produit simple... mais intelligemment réinventé.





# Boulangerie-pâtisserie, un commerce en mutation

Face à l'évolution des modes de consommation, à la pression concurrentielle et aux contraintes économiques, les boulangeries-pâtisseries réinventent leurs modèles, et deviennent de véritables lieux de vie, ancrés dans leur époque.



**L**ongtemps centrée sur un modèle de vente au comptoir, la boulangerie-pâtisserie évolue vers des concepts plus contemporains. Les nouveaux points de vente intègrent des espaces de consommation sur place, inspirés des codes du coffee shop ou du salon de thé. Mobilier soigné, atmosphère chaleureuse, terrasse, wifi... Tout est pensé pour inviter le client à s'attarder. Une transformation qui répond à une attente des consommateurs, qui recherchent désormais bien plus qu'un simple acte d'achat. Petit-déjeuner, pause déjeuner ou goûter deviennent des moments d'expérience, générateurs de fidélisation... et de chiffre d'affaires additionnel.



Les artisans boulangers explorent également de nouveaux territoires. En périphérie des villes, sur des axes routiers fréquentés ou dans des zones commerciales, des boulangeries voient le jour. Souvent dotés de parkings et parfois de services drive, ces établissements s'adaptent à des modes de vie mobiles et à une clientèle pressée. En parallèle, les formats hybrides se multiplient. Boulangerie-snacking, boulangerie-restaurant, pâtisserie-salon de thé, cette diversification permet d'élargir les plages horaires de fréquentation, comme d'augmenter le panier moyen.

Dans un marché où les produits de base sont largement banalisés, la créativité devient un enjeu stratégique. Viennoiseries revisitées, pâtisseries signatures, recettes saisonnières ou produits exclusifs participent à construire une identité forte et reconnaissable. La mise en scène des produits joue également un rôle clé. Les vitrines deviennent de véritables outils marketing, tandis que les réseaux sociaux s'imposent comme des canaux de communication incontournables pour valoriser le savoir-faire, annoncer les nouveautés et créer du lien avec la clientèle. La transformation des boulangeries-pâtisseries passe aussi par le numérique. Commande en ligne, *clic & collect*, programmes de fidélité dématérialisés ou précommandes personnalisées améliorent l'expérience

client tout en optimisant l'organisation interne. Ces outils permettent aux professionnels de mieux anticiper la production, de réduire le gaspillage et de dégager du temps pour se concentrer sur leur cœur de métier.

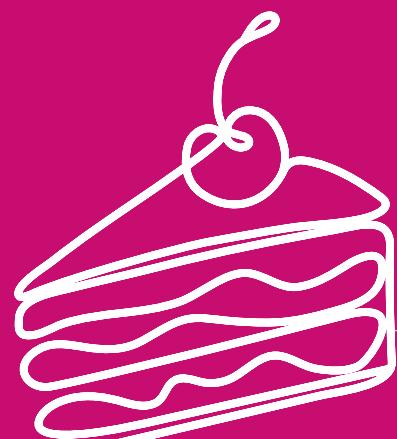


Malgré ces évolutions, l'authenticité reste un pilier du modèle. Origine des matières premières, fabrication sur place, circuits courts, livraisons à vélo et engagements responsables sont de plus en plus mis en avant. Cette transparence répond à une demande croissante de sens et renforce l'ancrage local des établissements. Entre innovation commerciale et respect des valeurs artisanales, les nouveaux modèles de boulangerie-pâtisserie dessinent un commerce agile, capable de s'adapter aux attentes contemporaines... tout en préparant l'avenir.



# Pour ou contre les pâtisseries incontournables aux fruits... qui défient la saisonnalité ?

Fraisier en plein hiver, tarte aux abricots au mois de décembre ou entremets mangue-framboise : certaines pâtisseries emblématiques se sont longtemps affranchies du calendrier. Entre attente des clients et contradictions écologiques, le débat s'invite en vitrine.



## Une réponse à la demande...

### À première vue,

**difficile de reprocher à un pâtissier de vouloir satisfaire une clientèle attachée à ses classiques.**

Certaines pâtisseries sont devenues de véritables signatures. Le fraisier, la tarte aux myrtilles ou le clafoutis à la cerise font partie de l'imaginaire collectif, associés aux fêtes, aux anniversaires et aux moments de partage. Les retirer plusieurs mois par an peut générer frustration et incompréhension.

### D'ailleurs,

dans un contexte concurrentiel, **proposer ces incontournables toute l'année permet de sécuriser les ventes.** Les clients savent ce qu'ils viennent chercher, et la constance de l'offre devient un gage de lisibilité.



### Il faut dire

que les progrès techniques facilitent cette continuité : surgélation de qualité, purées de fruits standardisées, filières d'importation organisées. Autant d'outils qui permettent **de reproduire des recettes identiques, indépendamment des saisons.**

### Du point de vue du produit,

travailler des fruits hors saison pose question. Goût affaibli, maturité artificielle, standardisation des saveurs : **le fruit devient un ingrédient technique plus qu'un élément vivant.**

## ... et un contresens saisonnier

### Et puis,

**certains professionnels revendiquent une approche pragmatique.**

Pour eux, la pâtisserie est aussi un commerce. Refuser un dessert plébiscité sous prétexte de calendrier peut sembler déconnecté des réalités économiques.



### Et,

**l'impact environnemental est loin d'être anodin.**

Importations lointaines, cultures sous serre chauffée, chaîne du froid permanente : maintenir ces pâtisseries emblématiques toute l'année a un coût écologique difficile à ignorer.



### En effet,

**le discours sur le respect des saisons s'impose de plus en plus dans la gastronomie.**

Or, continuer à proposer des fruits estivaux en plein hiver peut apparaître comme une incohérence, voire une contradiction avec les engagements affichés par certaines maisons.

### Et puis,

**cela participe à brouiller le rapport au temps.** Si tout est disponible

en permanence, la saisonnalité perd son sens, tout comme l'attente et le plaisir du retour d'un dessert longtemps absent.



## Une vitrine à double lecture...

### Sur le plan de l'image,

une pâtisserie qui assume ses classiques toute l'année peut apparaître **rassurante, fidèle à son identité.**

### De fait,

la régularité de l'offre est souvent perçue comme **un signe de maîtrise et de constance**, particulièrement apprécié par une clientèle attachée aux repères.



### Aussi,

ces desserts emblématiques contribuent à la **notoriété d'une maison** et à sa **reconnaissance immédiate**, notamment auprès des touristes ou des clients occasionnels.



### À l'inverse,

ils peuvent renvoyer l'image d'une pâtisserie figée, **peu en phase avec les enjeux contemporains.**

À l'heure où le discours sur les saisons et le local gagne du terrain, certains clients attendent davantage de cohérence et de pédagogie.



### En conséquence,

**tout est affaire de positionnement.**

Certaines maisons choisiront la constance, d'autres la saisonnalité stricte. L'essentiel reste la cohérence entre le discours, les pratiques et l'identité revendiquée.

### Aussi,

**la pédagogie joue un rôle central.**

Expliquer pourquoi une tarte aux fraises disparaît l'hiver, raconter le retour attendu d'un dessert au printemps, transformer la contrainte en rendez-vous.



### Il faut dire que

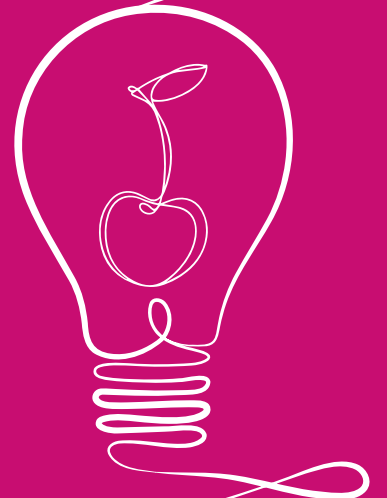
**l'alternative n'est pas binaire.**

Entre suppression totale et disponibilité permanente, des compromis existent : revisiter un classique avec des fruits de saison, proposer des variations, ou assumer des absences temporaires clairement expliquées.

**... et une voie médiane à inventer**

### En somme,

**les pâtisseries aux fruits hors saison cristallisent une tension plus large entre désir, tradition et responsabilité.** Plaisir immédiat pour les uns, non-sens écologiques pour les autres, elles interrogent surtout la manière dont la pâtisserie contemporaine se réinvente, entre fidélité aux classiques et respect du tempo naturel.





# Les crèmes

Longtemps considérée comme un simple dérivé du lait, la crème s'impose aujourd'hui comme une matière première à part entière.

Symbole de générosité et de douceur, elle incarne une certaine idée de la gourmandise française, façonnée par les terroirs et le savoir-faire laitier.



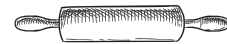
La crème fraîche trouve son origine dans les tout premiers temps de l'élevage laitier. Dès l'Antiquité, le lait laissé au repos se séparait naturellement, et on pouvait observer une couche plus grasse affleurer à la surface. Cette matière épaisse était prélevée puis consommée telle quelle ou légèrement fermentée. Une découverte qui ne doit rien à une invention précise mais à l'observation et à la patience. Dans les campagnes d'Europe du Nord et de l'Ouest, la pratique se développe au Moyen Âge. La fermentation lactique, favorisée par le climat tempéré, confère à la crème son goût légèrement acidulé caractéristique et améliore sa conservation. Un sacré avantage avant l'époque du froid mécanique. Son usage culinaire se diffuse progressivement avec l'essor des cuisines régionales. En France, la Normandie et la Bretagne en font

un marqueur d'identité. La révolution industrielle transforme sa production au XIX<sup>e</sup> siècle grâce à l'écémage mécanique et à la pasteurisation. La crème quitte alors le cadre domestique pour entrer dans les cuisines professionnelles et le commerce à grande échelle. À la même époque, Antonin Carême compose déjà des entremets, comme les bavares ou les charlottes, qui consacrent l'usage de la crème dans la grande pâtisserie française. Aujourd'hui, la crème occupe une place stratégique en pâtisserie. Sa teneur en matière grasse conditionne la tenue des ganaches, la finesse des mousses, sert de base aux chantilly aériennes, enrichit crèmes et entremets par sa texture dense et soyeuse, ou encore apporte rondeur et légère acidité aux appareils cuits. Les pâtissiers l'emploient comme un ingrédient de précision, capable de structurer, d'adoucir... et de sublimer un dessert. ►



## La crème, de A à Z

Derrière une appellation générique se cachent des crèmes aux propriétés bien distinctes. La crème fraîche, légèrement acidulée, apporte rondeur et profondeur aux appareils cuits et aux crémeux. Douce et fluide, la crème fleurette convient aux montages à froid grâce à son excellent foisonnement. Plus riche et dense, le mascarpone structure les entremets sans gélatine. Quant aux crèmes végétales, elles ouvrent une alternative pour les desserts véganes, avec des usages spécifiques selon leur composition. De la teneur en matière grasse au comportement à la cuisson, le choix précis de la crème conditionne la texture et l'équilibre final du dessert.



1

### Crème liquide U.H.T 35% METRO Chef

Réf. : 246736

Avec son taux de 35% de matière grasse, la crème liquide U.H.T METRO Chef est idéale pour la pâtisserie. Elle permet un très bon foisonnement et une très bonne tenue des préparations de crèmes fouettées, de mousses ou d'entremets.



2

### Mascarpone METRO Chef

Réf. : 039216

Crème typique de la cuisine italienne, le mascarpone METRO Chef, entre dans la composition de nombreuses recettes de cuisine, dont la mousse au chocolat, le cheesecake, et l'incontournable tiramisu.



### Crème U.H.T sucrée vanillée Debic

Réf. : 236359

Avec sa tenue exceptionnelle, ferme et aérée et son goût léger, équilibré et délicatement sucré, la crème Debic U.H.T possède un arôme naturel de vanille Bourbon.



### Sublime crème au mascarpone Elle & Vire

Réf. : 159566

Conçue à partir de 30% de mascarpone et de 70% de Crème Excellence, la Sublime crème au mascarpone possède une texture à la fois gourmande et légère, à la tenue exceptionnelle.



5

### Crème liquide U.H.T 12% METRO Chef

Réf. : 236188

Fiable, stable et homogène, la crème 12% METRO Chef se lie très rapidement, et ne tranche pas. En réduction, elle devient nappante et tient parfaitement la cuisson, sans exsudation d'eau.

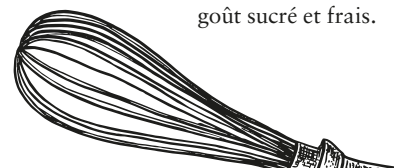


6

### Gold Cup Préparation végétale 28%

Réf. : 248445

Une préparation sucrée à foisonner à base de matières grasses végétale UHT légère avec 28% de matière grasse. La préparation végétale Gold Cup offre une texture aérée et légère avec un goût sucré et frais.



1.



2.



3.



4.

# Une sélection, haute en couleur !

DES ARÔMES ET DES ÉPICES QUI RELÈVENT LE NIVEAU.



7.



6.



5.

1. Cannelle moulue METRO Chef 450 g Réf. : 49667 – 2. Gingembre moulu METRO Chef 130 g Réf. : 29431 – 3. Anis étoilé METRO Chef 200 g Réf. : 48295 – 4. Noix de muscade moulue 500 g Réf. : 49680 – 5. Arôme amande amère METRO Chef 50 cl Réf. : 022203 – 6. Fèves de Tonka METRO Chef 180 g Réf. : 88966 – 7. Arôme vanille METRO Chef 1 L Réf. : 032746

Retrouvez toute la sélection sur METRO.fr





# La vanille, de l'orchidée, au flan.

Du geste du producteur à celui du pâtissier, la vanille suit une chaîne exigeante, où chaque étape compte. Raconter son parcours, c'est rappeler que même les desserts les plus simples reposent sur un savoir-faire long et précis. Une évidence pour les professionnels, que cet article remet en lumière.

Création du chef pâtissier Nicolas Paciello

1



## Une fleur qui ne laisse aucune place au hasard

La vanille naît d'une orchidée tropicale, une plante grimpante qui ne fleurit qu'une fois par an, pendant quelques heures seulement. Sans pollinisation manuelle, pas de gousse. Dans les plantations, chaque fleur est donc fécondée à la main, un geste précis et rapide, répété des milliers de fois. Cette étape conditionne déjà la qualité future de la vanille.

2



## Une gousse verte, sans parfum

Après la pollinisation, la gousse met plusieurs mois à se développer. Récoltée encore verte, elle ne dégage aucun arôme. À ce stade, la vanille n'a rien de l'ingrédient que l'on connaît. Tout son potentiel se joue après la cueillette, lors de la préparation.

3



## Le temps fait le goût

Échaudage, étuvage, séchage, affinage. Ces étapes successives transforment la gousse brute en vanille aromatique. Elles demandent du temps, de l'attention et une parfaite maîtrise des conditions climatiques. Selon la durée d'affinage et le soin apporté au séchage, la vanille développe des profils très différents : floraux, boisés, cacaotés ou légèrement épicés. Il n'existe pas une vanille, mais des vanilles.

4



## Un ingrédient structurant en pâtisserie

Pour les artisans, la vanille ne se résume pas à une note sucrée. Elle structure le dessert, soutient les matières grasses et équilibre le sucre. En gousse, en poudre ou infusée, elle impose une rigueur d'utilisation. Dosage, temps d'infusion, température : chaque choix influe sur le résultat final.

5

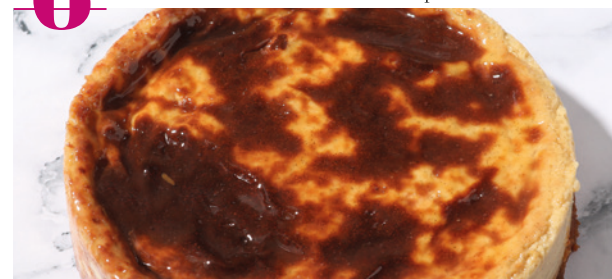


## Le flan, révélateur absolu

Avec peu d'ingrédients, le flan est un test sans appel. Lait, œufs, sucre, vanille. Ici, rien ne masque l'ingrédient. La vanille infusée lentement dans le lait donne toute sa profondeur au dessert. Elle ne cherche pas l'effet immédiat mais la longueur en bouche. Un flan réussi raconte autant la justesse de la cuisson que la qualité de la vanille utilisée.

6

Création du chef pâtissier Nicolas Paciello



## Le flan, une recette de justesse

La préparation du flan repose sur une succession d'étapes simples mais décisives. La vanille est d'abord fendue puis mise à chauffer dans le lait, sans ébullition, afin de diffuser ses arômes avec retenue. L'infusion se poursuit hors du feu, le temps nécessaire pour obtenir un parfum net et équilibré. À l'arrivée, le flan exprime la vanille sans emphase. Une présence visible, intégrée à la matière, qui signe la justesse du produit comme celle du geste.



# Vive la légèreté.

Retirer plutôt qu'ajouter. En pâtisserie, la contrainte peut devenir le moteur de la création. En supprimant certains ingrédients traditionnels, les chefs repensent les recettes et inventent de nouvelles textures et saveurs.



## Sans beurre, d'autres matières

Retirer le beurre ne signifie pas retirer le plaisir. Les huiles végétales, la margarine, les purées d'amande ou de noisette, la crème de coco ou de sésame prennent le relais. Elles offrent des profils aromatiques nouveaux. Un gâteau à l'huile d'olive gagne en fruité, un biscuit à la purée de cajou développe une rondeur presque toastée. La matière grasse ne disparaît pas, elle change de langage. Ces alternatives modifient aussi la texture. Plus souples, parfois plus légères, elles donnent des desserts moins saturants, sans rien sacrifier au fondant.



## Sans sucre, plus de nuances

Le sucre blanc n'est plus l'unique horizon. Dattes mixées, banane mûre, miel, sirop d'érable ou de sarrasin, sucre complet. Ces sources naturelles sucrant autrement. Le goût devient plus profond, moins frontal. On passe d'une douceur immédiate à une palette plus complexe, presque caramélisée. Un brownie sucré au sirop d'érable ou une tarte aux fruits simplement portée par la maturité des produits racontent une autre histoire. Le dessert cesse d'être démonstratif et gagne en équilibre.



## Sans œuf, repenser la structure

L'absence d'œuf impose un vrai travail technique. *Laquafaba*, monté comme un blanc en neige, permet des mousses et des meringues surprenantes. Les graines de lin ou de chia hydratées forment un gel qui assure la cohésion des pâtes. Les amidons et les farines complètes renforcent la tenue. Plutôt que de reproduire la recette classique, on adopte une nouvelle architecture pour un résultat qui n'imité pas, mais qui réinvente.



## Sans lait, d'autres textures

Les laits végétaux élargissent encore le champ des possibles. Avoine pour la légèreté, amande pour la finesse, coco pour l'onctuosité. Les crèmes deviennent plus digestes, parfois plus parfumées. Une panna cotta au lait d'amande infusé ou une ganache au lait de coco offrent une douceur différente, plus nette.

## La contrainte comme terrain de jeu

Au fond, le « sans » fonctionne comme un exercice de style. Comme en littérature ou en design, la contrainte stimule la créativité. Elle oblige à sortir des automatismes, à observer, à tester, à ajuster. Ces desserts et pâtisseries ne sont ni des versions allégées ni des compromis. Ce sont des propositions à part entière, pensées pour le goût et pour le plus grand nombre. Moins d'ingrédients, plus d'attention. Moins de réflexes, plus d'idées. La preuve que l'innovation naît souvent de ce que l'on choisit d'enlever.

# Quand la pâtisserie devient art.

Le chocolat et le sucre ne se contentent plus d'être dégustés: ils se sculptent, s'assemblent, se transforment en œuvres originales. Entre précision et audace, ces créations éphémères, nées dans les laboratoires des pâtissiers, bousculent les frontières de la création.

## Quand le chocolat et le sucre deviennent sculptures

Longtemps cantonnés au registre du dessert, le chocolat et le sucre ont changé de statut. Entre les mains de certains pâtissiers, ils cessent d'être des ingrédients pour devenir les matières premières de créations les plus folles. On les taille, on les polit, on les assemble comme du bois ou de la pierre. À cette frontière poreuse entre gastronomie et arts plastiques, la pièce sucrée ne se contente plus d'être dégustée: elle se contemple. C'est tout l'enjeu des grandes compétitions internationales, à commencer par la Coupe du monde de la pâtisserie. Sur scène, les équipes ne présentent pas seulement des entremets, mais de véritables sculptures monumentales. Sucre tiré, soufflé, coulé, chocolat tempéré puis moulé ou sculpté à la main: chaque technique devient un vocabulaire formel. Dragons translucides, architectures aériennes, figures humaines stylisées, paysages entiers dressés sur quelques socles. Ces œuvres tiennent autant de la scénographie que de la cuisine. Pendant quelques heures, le laboratoire se transforme en galerie.



## La tradition expressionniste du chocolat

Cette approche spectaculaire s'est aussi incarnée dans des figures devenues emblématiques. Amaury Guichon, par exemple, a imposé une écriture très reconnaissable: pièces massives, lignes nettes, assemblages millimétrés. Un gramophone grandeur nature, une girafe articulée, une malle de voyage ou un échiquier géant entièrement façonnés en chocolat. Ses créations fonctionnent comme des objets de design. On oublie presque qu'elles sont comestibles tant la précision du geste évoque l'ébénisterie ou la mécanique. Patrick Roger explore un autre territoire, plus organique. Ses sculptures animalières, souvent monumentales, semblent surgir d'un bloc brut. Gorilles, requins, ours ou visages humains prennent forme dans le cacao comme dans une terre sombre. Le chocolat devient matière expressive, presque

charnelle. Certaines pièces quittent même le champ alimentaire pour être fondues en bronze ou en aluminium, prolongeant ce passage de l'éphémère au durable. Le chocolat, chez lui, est d'abord un médium artistique.



Compte Instagram @AmauryGuichonChef

## Les folles possibilités du sucre

Le sucre, lui aussi, offre des possibilités infinies. Tiré à chaud, il devient ruban, plume ou bulle. Soufflé, il prend l'allure de verrerie fragile. Des artistes réalisent ainsi des installations entières, cupcakes géants, animaux grandeur nature ou décors féeriques, qui tiennent davantage du théâtre que de la pâtisserie. Tout repose sur l'équilibre: quelques degrés de trop, et la structure s'effondre. Dans ce contexte, créer en chocolat ou en sucre relève d'un paradoxe stimulant. Ces œuvres demandent des dizaines d'heures de travail pour une existence parfois très brève. Elles peuvent fondre, se fissurer, disparaître en quelques instants. Cette fragilité fait partie de leur beauté. Comme une performance, elles n'existent que dans le temps présent. Les créations artistiques sucrées racontent ainsi autre chose que la gourmandise. Elles parlent de geste, de maîtrise, de sculpture. Elles déplacent la pâtisserie du côté des arts visuels. Et rappellent qu'un simple carré de chocolat, travaillé avec exigence, peut devenir un paysage, une architecture, une créature. Bref, une œuvre.



Compte Instagram @Stephane Klein



# Quoi de neuf sur les réseaux ?

Quand les réseaux sociaux viennent stimuler la créativité ! Parmi les passionnés et les professionnels des fourneaux, 15h30 sélectionne les comptes les plus inspirants.



## Signature

@philippe\_conticini

Chef pâtissier incontournable, Philippe Conticini partage sa vision gourmande de la pâtisserie ! Créations iconiques, classiques revisités et réflexions sur le goût font de son compte une véritable inspiration, où la technique est au service de l'émotion.



## Évasion

@lesgourmandisesdeloubna

Depuis Marseille, Loubna Jaïbi partage ses pâtisseries généreuses aux saveurs de la Méditerranée et du Moyen-Orient. Recettes gourmandes, ingrédients ensoleillés et inspirations créatives, la cheffe pâtissière nous invite au voyage !



## Inspiration

@valin\_food

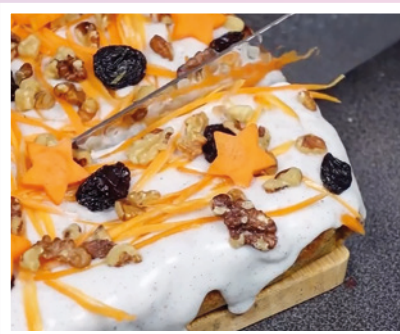
Valentine A. met en scène la pâtisserie avec style ! Créations visuelles soignées, recettes esthétiques et stylisme culinaire millimétré. Un compte sucré salé pour nourrir sa créativité, sublimer les desserts et trouver des idées graphiques inspirantes.



## Simplicité

@sosocuisinemoi

Des recettes de pâtisserie lisibles et bien structurées, pensées avec des ingrédients accessibles et un pas-à-pas efficace. Un compte inspirant pour imaginer des desserts gourmands, faciles à intégrer dans un quotidien rythmé !



## Alternative

@le.renard.et.les.raisins

Une pâtisserie engagée et créative, 100 % vegan et sans gluten ! Entre desserts élégants et recettes inventives, Andrea propose ses alternatives sucrées pleines de personnalité qui font la part belle aux saveurs saines et gourmandes.



## Gourmandise

@mes\_delicieuses\_creations

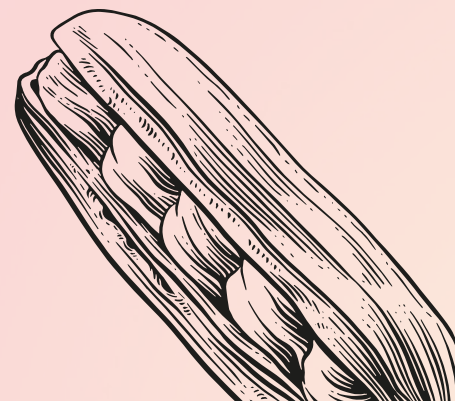
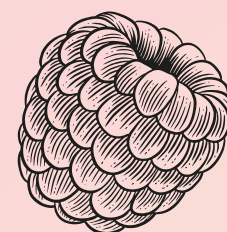
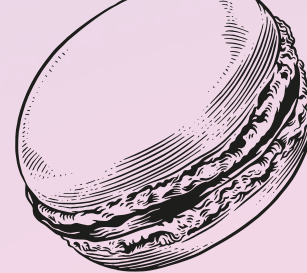
Le compte de Malika Oualli est une ode à la pâtisserie ultra-gourmande ! Entre madeleines fourrées, layer-cakes spectaculaires, cheesecakes et tartes fondantes, ses photos soignées donnent envie de redécouvrir les classiques.



## Authenticité

@christinekitchen\_

Christine célèbre une pâtisserie du quotidien élégante et réconfortante. Recettes maison, gourmandises simples et esthétique naturelle composent un univers sincère, où le fait-maison devient source d'inspiration et de plaisir partagé.



# METRO en ligne

À travers des sites web dédiés à l'univers de la pâtisserie, METRO met en lumière les nouvelles tendances du marché, les produits phares du moment ainsi que des idées novatrices pour réinventer les desserts.



## Réinventer la pâtisserie avec les légumes

Portée par une nouvelle génération de chefs, la pâtisserie fait une place croissante aux légumes pour réinventer le dessert. Portés Sébastien Vauxion ou Pierre Hermé, une nouvelle génération de pâtissiers explorent betterave, courgette, pois chiches ou avocat pour allier gourmandise, légèreté et créativité. Une tendance de fond qui mérite d'être explorée.



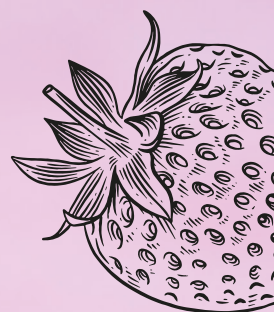
## La pistache, l'atout gourmand

La pistache s'impose en pâtisserie pour sa couleur vive, sa saveur unique et sa texture croquante. Quand elle ne se décline pas en crème, praliné, financier ou entremets, elle inspire des associations inédites sucrées salées. Véritable star des réseaux sociaux, elle incarne à elle seule la tendance du tout végétal et séduit des consommateurs en quête de gourmandise saine et authentique.



# Le fraisier

Figure iconique des douceurs à la française, le fraisier a connu son heure de gloire avant de tomber en désuétude. Il renaît aujourd'hui sous l'impulsion créative de jeunes pâtissiers passionnés.



## Histoire

Figure iconique de la pâtisserie française, le fraisier s'inscrit dans une longue tradition de mise en valeur des fruits frais. Dès la fin du XIX<sup>e</sup> siècle, Auguste Escoffier évoque dans son Guide culinaire un entremets associant fraises et crème, amorçant les bases de ce grand classique. Au début du XX<sup>e</sup> siècle, c'est au tour du maître pâtissier Pierre Lacam d'affiner la recette autour d'une génoise imbibée. Mais c'est en 1966 que le fraisier prend sa forme moderne grâce au célèbre Gaston Lenôtre. D'abord nommé « Bagatelle », en référence aux jardins du même nom, ce gâteau conjugue légèreté et précision. Rapidement adoptée par les professionnels, la recette traditionnelle devient un marqueur de saisonnalité et de maîtrise technique, traversant les décennies.

## Caractéristiques

Le fraisier se distingue par un équilibre subtil entre fraîcheur et gourmandise. Il se compose traditionnellement de deux disques de génoise légèrement imbibés d'un sirop parfumé, le plus souvent au kirsch. La garniture associe des fraises fraîches à une crème mousseline, mélange de crème pâtissière et de beurre, tandis que le dessus de la pâtisserie est recouvert d'une fine couche de pâte d'amande, signature visuelle du gâteau. Certaines variations sont admises, comme l'utilisation d'une crème au beurre légère, l'ajout discret de fruits rouges ou le remplacement de la génoise par un biscuit joconde.

## Renouveau

Aujourd'hui, le fraisier est un terrain d'expression privilégié pour les pâtissiers contemporains. Allègement des textures, réduction des sucres, recours à des crèmes plus légères ou à des alternatives végétales répondent aux nouvelles attentes d'une clientèle exigeante. Le dessert se décline au fil des saisons, associant la fraise à la rhubarbe, aux agrumes ou aux herbes aromatiques. Déstructuré ou épuré dans son esthétique, le fraisier continue d'évoluer sans renier les fondamentaux de ce classique de la pâtisserie, au croisement de la tradition et de la création.



**Gino Pulice**  
Fournisseur des halles METRO  
depuis 2003

Fraises - Chouzé-sur-Loire

les  
halles  
METRO

## SHOPPING



# Équipé, comme jamais.

AVEC NOTRE SÉLECTION  
D'USTENSILES, VOUS NE SEREZ PLUS  
JAMAIS À CÔTÉ DE LA PLAQUE.

1. Cercle à tarte inox rond 26 cm, H. 2 cm Réf. : 114402 – 2. Cercle à mousse GOBEL Réf. : 197880  
3. Fouet inox Goma DE BUYER manche antidérapant 35 cm Réf. : 125518 – 4. Raclette nylon MAFTER 12 x 9,5 x 3 cm  
Réf. : 095019 – 5. Pinceau MAFTER fibre naturelle 4 x 3 cm Réf. : 076836 – 6. Chalumeau de cuisine  
METRO PROFESSIONAL + 1 cartouche à gaz sécurisée Réf. : 179533 – 7. Thermomètre de cuisine  
STILL spécial pâte -50 à 300°C Réf. : 193803 – 8. Pétrin 20L METRO PROFESSIONAL GDM 1020  
Réf. : 312406 – 9. Poche pâtissier METRO PROFESSIONAL 30 x 46,5 boîte de 100 Réf. : 285194 – 10. Moule  
de cuisson Biofoodpack boîte de 25 Réf. : 160555 – 11. Plaque de cuisson DE BUYER aluminium bords  
pincés 60 x 40 cm Réf. : 093348 – 12. Robot pâtissier Chef XL Pro KPL9000S KENWOOD Réf. : 219822

Retrouvez  
toute la  
sélection sur  
METRO.fr



# VOS MENUS MÉRITENT LAY'S!

## MENU DÉJEUNER

un sandwich  
+  
une boisson  
+  
un sachet de chips



## UPLIFT\* MENU - CHIPS



Boulangerie

x3,8

Hors domicile

x2,5



21% des prises de chips  
en boulangerie se font en menu



SPONSOR OFFICIEL DE LA  
COUPE DU MONDE DE LA FIFA 26™

Source : circana NPD 2024 \*augmentation du taux de prise des chips en menu

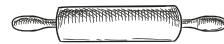


# La poche à douille

Ustensile indispensable dans l'arsenal du pâtissier, la poche à douille permet de maîtriser le dressage et de sublimer chaque préparation, du plus simple glaçage aux décors les plus sophistiqués.

Née de la volonté de maîtriser le dressage et la régularité des préparations culinaires, sucrées ou salées, la poche aurait été inventée en 1847 par un pâtissier parisien du Faubourg Saint-Honoré, nommé d'Aubriot. À l'origine confectionnée en toile ou en cuir percé, elle permettait déjà de pocher crèmes et farces avec précision. Elle a été améliorée quelques années plus tard grâce à l'ajout d'une douille par Trottier, un fabricant de matériel de cuisine. Son usage se développe alors avec l'essor de la pâtisserie décorative, notamment dans les grandes maisons et chez les traiteurs. La poche à douille s'impose alors comme un outil indispensable du savoir-faire pâtissier. La poche à douille se compose d'un contenant souple, associé à une douille interchangeable qui détermine la forme du dressage. Longtemps réalisée en toile enduite, elle est aujourd'hui

majoritairement conçue en plastique ou en silicone, lavable et réutilisable. Les douilles, en inox ou en polycarbonate, se déclinent en une multitude de formes, unies, cannelées, Saint-Honoré, pétales, pour offrir aux pâtissiers une grande variété de rendus visuels. Utilisée pour les crèmes, les appareils à choux, les meringues ou les glaçages, la poche à douille exige un geste précis et une parfaite maîtrise de la pression. Aujourd'hui, la poche à douille continue d'évoluer pour répondre aux exigences de confort, d'hygiène et de créativité. Les poches réutilisables, renforcées et antidérapantes, améliorent la prise en main et la précision du geste. Les douilles se spécialisent, accompagnant l'essor du *cake design* et des visuels ultra-graphiques. Outil humble en apparence, la poche à douille demeure pourtant un prolongement direct de la main du pâtissier, révélant son style, sa rigueur et sa sensibilité.



**1** Quel pâtissier est à l'origine du dessert baptisé « Ispahan », devenu l'une des signatures de la pâtisserie contemporaine française ?

- A** Pierre Hermé
- B** Christophe Michalak
- C** Cédric Grolet
- D** Philippe Conticini

**2** En pâtisserie professionnelle, à quoi sert principalement l'ajout de trimoline (sucre inverti) dans une préparation ?

- A** À augmenter la coloration à la cuisson
- B** À améliorer la conservation et le moelleux
- C** À remplacer totalement le saccharose
- D** À stabiliser les blancs montés

**3** Quelle est la température de référence utilisée en pâtisserie pour cuire une pâte à choux et obtenir un bon développement ainsi qu'une coque sèche ?

- A** 150 °C
- B** 170 °C
- C** 180 °C
- D** 220 °C

**4** Quelle est la principale différence entre une crème pâtissière et une crème diplomate ?

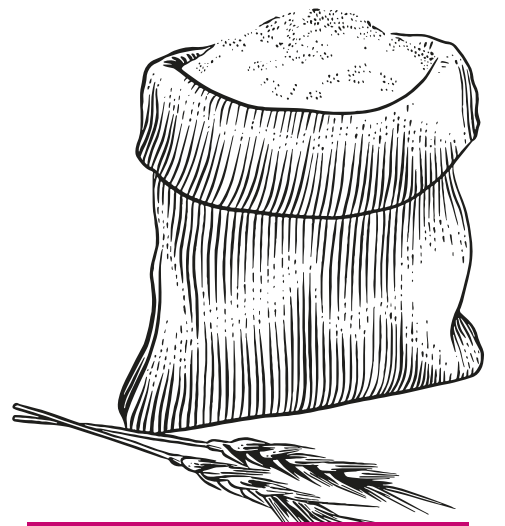
- A** L'ajout de chocolat dans la diplomate
- B** L'ajout de beurre dans la diplomate
- C** L'incorporation de crème fouettée dans la diplomate
- D** L'utilisation de farine au lieu de fécule

**5** Pourquoi ajoute-t-on du glucose ou du sirop de glucose dans une ganache ?

- A** Pour augmenter la puissance aromatique du chocolat
- B** Pour éviter la cristallisation du sucre et améliorer la texture
- C** Pour accélérer la prise au froid
- D** Pour remplacer totalement la crème

**6** Quel est l'intérêt de remplacer une partie de la farine par de la fécule dans un biscuit de type génoise ou biscuit joconde ?

- A** Augmenter la coloration
- B** Améliorer la levée
- C** Obtenir une texture plus légère et plus fondante
- D** Prolonger la durée de conservation



**RÉPONSES**  
**1.A :** Pierre Hermé - L'Ispahan, alliance de rose, framboise et litchi, est l'une de ses créations les plus emblématiques. **2.B :** La trimoline améliore le moelleux, limite la recristallisation du sucre et prolonge la conservation des préparations. **3.C :** 180 °C - Cette température permet un bon développement de la pâte à choux suivi d'un séchage progressif de la coque. **4.C :** La crème diplomate est une crème pâtissière allégée par l'incorporation de crème fouettée. **5.B :** Le glucose limite la recristallisation du sucre, améliore la souplesse de la ganache et prolonge sa conservation. **6.C :** La fécule réduit la structure glutineuse du biscuit et permet d'obtenir une texture plus légère, souple et fondante.

# #local



**Gilles Goujon**


L'Auberge du Vieux Puits

❁❁❁ MICHELIN 2025

Cliant des halles METRO Béziers

les  
halles  
**METRO**

f y i d  **METRO.fr**

Achetez sur internet et faites-vous livrer  
votre équipement sur  **METRO.fr**

**0 825 09 09 09**

Service 0,15 € / min  
+ prix appel

Retrouvez-nous aussi sur :

