

LES CUISTOTS MIGRATEURS UNE VRAIE CUISINE SANS FRONTIÈRES

Les restaurants étrangers en France ne proposent souvent qu'une version édulcorée des cuisines d'ailleurs. En embauchant des chefs réfugiés qui préparent leurs propres recettes, Les Cuistots Migrateurs propose un service de traiteur unique en France. Une bonne démarche dans tous les sens du terme. TEXTE EVE-MARIE ZIZZA-LALU



© GUILLAUME CZERNY

Les beaux yeux noirs de **Sarah** vous font face, avec une intensité qui laisse deviner le combat qu'elle a dû mener pour en arriver là. Après un parcours du combattant qui a mené la jeune femme de l'Éthiopie à la France, en passant par le Koweït et le Maroc, où elle a enduré deux années d'esclavage, Sarah est aujourd'hui chef cuisinière. Elle est employée en contrat à durée indéterminée chez **Les Cuistots Migrateurs**, une entreprise sociale au profil unique, qui régale ses clients en proposant des plats multiculturels préparés par des réfugiés. Comme ses collègues, Rashid, Faaeq, Fariza Bishnu... Sarah possède ce statut reconnu par l'Ofpra, qui lui permet de réclamer la protection d'un pays pour échapper à la persécution et de bénéficier d'une carte de résident valable dix ans.

Si elle n'a pas envie d'entrer dans les détails de son passé, dont le récit glaçant est détaillé dans les pages d'un livre passionnant publié sur Les Cuistots Migrateurs en 2019, Sarah est intarissable sur les produits et la cuisine de Silt'e, au sud d'Addis-Abeba. Au cours de notre entretien, qui se déroule avec une interprète, elle nous raconte en détail la culture de la banane abyssinienne ou *ensete*, qui ne donne pas de fruits, mais dont on mange la pulpe extraite des tiges à la base du tronc, après l'avoir enterrée pendant plusieurs mois pour la faire fermenter... La pulpe se transforme en une sorte de pâte qu'il faut encore longuement trancher pour casser les fibres. Aplatie entre deux feuilles de banane, cette sorte de grosse crêpe forme le *kocho*, le pain de base des Éthiopiens. Ce travail considérable, qui



© GUILLAUME CZERNY

mobilise tout un village, s'apparente à des vendanges et se déroule une fois par an. Notre bague est moins exigeante...

TRANSFORMER LE PROBLÈME EN OPPORTUNITÉ

Comme Sarah, chacun des onze « cuistots migrateurs » qui ont rejoint l'entreprise possède une culture culinaire d'une formidable richesse. Et c'est précisément

cette cuisine du monde, inconnue du grand public que **Louis Jacquot** a voulu partager en créant l'entreprise en 2015, avec ses associés **Sébastien Prunier** et **Carlos-Andrés Fernandez**. « Après avoir bossé dans la finance et le marketing, je cherchais un projet qui ait du sens, explique-t-il. J'adore la cuisine et j'ai beaucoup voyagé. J'ai été frappé de constater à quel point les cuisines communautaires sont peu visibles à Paris. »



© PABLOCABADO

« *La première fois, les gens commandent pour le coup de pouce social, ensuite ils reviennent parce que c'est bon !* »

Louis Jacquot, cofondateur des Cuistots Migrateurs

UNE ENTREPRISE SOCIALE ET CORESPONSABLE

- Les déchets organiques de la cuisine sont récupérés par l'entreprise sociale et solidaire Moulinot pour être convertis en compost.
- Les produits non consommés sont donnés à l'association Chaînon Manquant pour être redistribués à des associations caritatives.
- L'entreprise fait appel à l'association Du Pain et des Roses pour sa **décoration florale**, dont les bouquets sont réalisés par des femmes éloignées de l'emploi et victimes de violence.
- Elle travaille actuellement sur la mise en place d'**emballages et de contenants plus respectueux de l'environnement** (bambou, pulpe de canne...).



© GUILLAUME CZERW

Misir azefa - Caviar de lentilles au gingembre

"À la capitale, on appelle ce caviar misir azefa et on le mange avec de l'injera mais chez moi, il n'y a pas d'injera alors on le mange avec du kocho, la galette d'ensete. Et on lui donne un autre nom : dans notre langue, c'est misir beso." Sarah.

POUR 8 PERSONNES PRÉPARATION 10 MIN CUISSON 30 MIN

FACILE

150 g de lentilles blondes • 1 petite tomate • ½ oignon rouge • ½ gousse d'ail • 40 g de gingembre • 5 g de piment vert • 7 cl d'huile de tournesol • 7 cl d'huile d'olive extra-vierge + un peu pour la présentation • Sel fin • Poivre du moulin.

● Rincez les lentilles et plongez-les dans une grande quantité d'eau froide avec 1 c. à soupe de sel fin. Laissez cuire à feu vif jusqu'à ce qu'elles soient bien fondantes. Égouttez-les et réservez-les jusqu'à ce qu'elles soient tièdes.

● Pendant ce temps, pelez l'ail et le gingembre. Détaillez le gingembre, la tomate et le piment en morceaux. Versez le tout dans le bol d'un robot.

● Ajoutez les lentilles et commencez à mixer. Ajoutez les deux huiles et mixez jusqu'à ce que la préparation soit bien lisse. Salez. Si vous souhaitez une texture plus liquide, ajoutez davantage d'huile.

● Au moment de servir, dressez le caviar avec l'oignon rouge émincé, du poivre du moulin et de l'huile d'olive ■



© GUILLAUME CZERNY

Misir sambusa - Chaussons frits aux lentilles

« Chez moi à Silt'e, les sambusas, c'est très courant : tout le monde en fait à partir des légumes des champs. On fait même notre propre farine de blé pour la pâte. Cette recette m'a été apprise par ma tante quand j'étais enfant. » Sarah.

POUR 40 SAMBUSAS PRÉPARATION 1 H CUISSON 40 MIN

ASSEZ FACILE

120 g de lentilles blondes • 1 blanc de poireau • 1 ½ oignon blanc • ½ poivron rouge • ½ poivron vert • 25 g de piment vert • 20 g de gingembre • 1 gousse d'ail • ½ paquet de feuilles de galettes de blé (spring roll pastry) • 2 c. à soupe huile neutre • Huile de friture • Sel fin.

- Lavez les lentilles et plongez-les dans deux fois leur volume d'eau bouillante. Ajoutez 1 c. à soupe de sel fin dans l'eau de cuisson. Laissez cuire 20 min jusqu'à ce qu'elles soient cuites mais entières. Égouttez-les et réservez-les.
- Coupez le poireau, l'oignon, les poivrons et le piment en petits morceaux. Épluchez le gingembre et l'ail, hachez-les au robot en ajoutant 1 c. à soupe d'huile ou d'eau.
- Faites revenir les légumes jusqu'à ce qu'ils soient tendres dans une casserole avec 1 c. à soupe d'huile.

Ajoutez le mélange ail-gingembre. Quand l'ail et le gingembre commencent à dorer (2 à 3 min), ajoutez les lentilles, laissez-les s'imprégner quelques minutes du jus des légumes. Salez à votre convenance. Réservez hors du feu jusqu'à ce que le mélange soit froid.

- Coupez les galettes en 4 et préparez les sambusas avec la farce (voir l'atelier Régal p. 114). Conservez-les sous un torchon humide pour éviter que la pâte ne se dessèche pendant le façonnage.
- Une fois tous les sambusas prêts, faites chauffer l'huile de friture à 170 °C. Quand l'huile est chaude, plongez les sambusas et faites-les frire jusqu'à ce qu'ils soient bien dorés. Égouttez-les sur du papier absorbant.
- Les sambusas se servent chauds avec une sauce à l'arachide pimentée appelée « Qarya awaze » ■

Vous pouvez trouver sept cuisiniers népalais qui travaillent dans un resto coréen, et la qualité n'est pas au rendez-vous. Pourquoi ? Ils sont à contre-emploi, c'est absurde. »

Au moment où la question des migrants envahit les médias, les trois copains d'école décident de prendre le contrepied en transformant le problème en opportunité. Louis en est convaincu : « Ces hommes et ces femmes que la vie a mis sur les routes de l'exil ne viennent pas les mains vides : ils sont les ambassadeurs vivants de leur culture. »

Le projet démarre dans sa cuisine avec des réfugiés rencontrés par l'intermédiaire de France Terre d'Asile. Les associés testent plusieurs pistes, comme la *street food*, et c'est finalement le format traiteur pour un minimum de 15 convives qui s'impose. En 2016, ils s'installent à Montreuil dans des locaux confortables avec un laboratoire de cuisine bien équipé et une salle à manger commune, où l'ensemble du personnel se retrouve, dans un joyeux mélange des langues, à l'heure du déjeuner.

PARCE QUE C'EST BON !

L'offre est innovante sur un marché assez conventionnel et les clients suivent, prestigieux, comme la BNP ou la fondation Louis Vuitton, et très variés : cabinets



© CRÉDIT CÉLESTE LEEUWENBURG

LE « POP UP »

RUE VOLTAIRE À PARIS, 11^E

Joyeux et dépaysant, le restaurant des Cuiستs Migrateurs est une occasion idéale pour découvrir une cuisine fraîche et parfumée à petits prix.



© GUILLAUME CZERNY

d'avocats, médecins, d'architectes, start-up... Louis tient à le préciser : « *La première fois, les gens commandent pour le coup de pouce social, ensuite ils reviennent parce que c'est bon !* » Si bon que l'entreprise prend rapidement de l'envergure, affichant une croissance de 85 % entre 2018 et 2019, ce qui lui permet de porter ses effectifs à trente personnes au total. Suit l'ouverture d'un restaurant « Pop up », rue Voltaire à Paris, qui s'annonce éphémère, mais s'installe durablement grâce à une clientèle fidèle séduite par l'excellent rapport qualité/prix (un ticket moyen à 13 €). Le dernier bébé de Louis Jacquot et ses associés est un projet qui construit l'avenir, il s'agit d'une école de cuisine gratuite et certifiante spécialement conçue pour les réfugiés (voir ci-dessous). Malgré le confinement, elle a ouvert ses portes en décembre 2020 grâce à des fonds publics, complétés par une campagne de financement participatif, qui a déjà permis de rassembler plus de 100 000 €. Aider les « migrants » à reprendre leur envol, c'est bien le but ultime de cette entreprise, dont le beau nom nous incite à ouvrir les yeux sur d'autres horizons ■



UN VRAI SUCCÈS DE LIBRAIRIE

Le livre paru fin 2019 a remporté un vrai succès et ce n'est pas un hasard. Au-delà des recettes accessibles, propres à chaque culture (Iran, Éthiopie, Tchétchénie, Népal, Syrie), il raconte l'histoire poignante des chefs réfugiés et donne toutes les clés pour comprendre de l'intérieur les traditions culinaires de leurs pays.

Les Cuistots Migrateurs. Voyagez grâce aux recettes de chefs réfugiés.

Éditions de La Martinière.

256 pages. 29 €.

UNE ÉCOLE DE CUISINE HORS NORME

L'École des Cuistots Migrateurs préparera les réfugiés à l'obtention du diplôme de Commis de Cuisine (CQP) en quatre mois. Le parcours pédagogique, pensé spécifiquement pour les réfugiés, inclura des cours de cuisine (dont 25 % de cuisine du monde), des cours de français et un accompagnement personnalisé. L'école ouvrira ses portes dans ses propres locaux courant 2021.

Une promotion pilote de 10 élèves a déjà fait sa rentrée le 2 décembre 2020 à l'Institut Culinaire de Paris.



© GUILLAUME CZERNY

Soss - Bœuf aux pommes de terre et à l'aneth

"C'est un plat tchéchène que tout le monde fait chez soi. Ma grand-mère le fait toujours mijoter plusieurs heures pour que la viande soit la plus fondante possible. C'est vraiment un plat parfait quand il fait bien froid l'hiver." Fariza.

POUR 8 PERSONNES

PRÉPARATION 20 MIN CUISSON 1 H 15

FACILE

1 kg de plat de côte de bœuf désossé
 • 1,2 kg de pommes de terre bintje • 2 gros oignons blancs • 2 carottes • ½ bouquet d'aneth • 3 à 4 branches de persil plat • 5 à 6 branches de coriandre fraîche
 • 10 cl d'huile de tournesol • 3 feuilles de laurier • Sel • Poivre.

- Rincez la viande puis coupez-la en lanières d'environ 1 cm x 3 cm. Faites chauffer l'huile dans un faitout. Une fois bien chaude, faites revenir la viande à feu vif. Ajoutez ensuite le laurier. Salez et poivrez.
- Émincez les oignons et réalisez une julienne épaisse avec les carottes. Épluchez et rincez les pommes de terre puis coupez-les en grosses frites larges d'environ 1 cm. Quand la viande est bien colorée, ajoutez les oignons.
- 5 min plus tard, ajoutez les carottes. Puis trois minutes après, ajoutez les pommes de terre. Réservez les feuilles d'aneth, ciselez les tiges et ajoutez-les dans le faitout.
- Après 5 min de cuisson, couvrez d'eau à hauteur et ajoutez le couvercle. Laissez mijoter à feu doux pendant 45 min, jusqu'à ce que les pommes de terre soient bien fondantes.
- Une fois cuit, ajoutez une poignée de persil et coriandre émincée et quelques feuilles d'aneth. Servir chaud ■