

SERVICE
DE PRESSE
ÉDITIONS
ALBIN MICHEL



| EN LIBRAIRIE
1 OCTOBRE 2021



Cuisinez bien accompagné avec ma méthode Mentor
Philippe Etchebest

| L'AUTEUR

Le chef **Philippe Etchebest** est une personnalité hors du commun. Passionné de cuisine depuis l'enfance, il est (re)connu pour son goût de l'effort, de la rigueur et du mérite, transmis par son père. Ces qualités exemplaires lui ont notamment permis de décrocher le titre de Meilleur ouvrier de France en 2000, une première étoile au Château des Reynats en 2002, puis une deuxième à l'Hostellerie de Plaisance à Saint-Émilion, où il a officié pendant 10 ans. Toujours derrière les fourneaux, il ouvre en 2015 Le Quatrième Mur, une brasserie chic et contemporaine, installée au sein de l'Opéra National de Bordeaux, où il propose une cuisine décomplexée, généreuse et élaborée, et LA Table d'Hôtes, une table gastronomique avec un concept unique, récompensée par une étoile au Guide Michelin en 2018.

Fidèle à ses valeurs de partage, il a aujourd'hui à cœur de transmettre sa vision du métier de la restauration, son expérience et son savoir-faire grâce aux émissions de télé « Cauchemar en cuisine », « Objectif Top Chef » et « Top Chef », et grâce à sa méthode **Mentor**.



I LE LIVRE

« **En cuisine, il n’y a pas de créativité sans fondamentaux** ». Cette phrase du chef Philippe Etchebest pourrait parfaitement définir ***Cuisinez bien accompagné avec ma méthode Mentor***. Plus qu’un programme, plus qu’un énième livre de recettes, *il* est un véritable compagnon de cuisine, accessible à tous, pensé pour adopter les bons réflexes et prendre du plaisir à cuisiner des produits de qualité et de saison, grâce aux conseils et astuces du chef.

Partant d’un constat simple selon lequel le manque de temps et un budget serré seraient un frein à la cuisine, Philippe Etchebest démontre qu’avoir la bonne méthode, ça change tout ! Oui, en transformant sa cuisine, en optimisant ses placards, en organisant ses courses, on peut être plus efficace. En faisant le bon choix de produits, on peut manger mieux, et pas forcément plus cher ! C’est ça, la **méthode Mentor**. Une cuisine optimisée, le matériel essentiel, un garde-manger toujours prêt, un nettoyage sain et des produits de qualité, voilà les bases des 13 principes à adopter pour cuisiner efficacement et avec plaisir chez-soi, au quotidien.

Pour mettre en application ces principes, le chef a sélectionné **100 recettes traditionnelles** à maîtriser. Des recettes essentielles, incontournables, accessibles à tous, qu’on aime déguster le dimanche en famille, avec ses proches. Des recettes du quotidien, simples et surtout pas chères, à réaliser avec de bons produits, frais et de saison. Qu’elles soient sucrées ou salées, toutes ces recettes sont classées en grandes catégories, comme au marché : épicerie, crèmerie, volaille et œufs, bœuf, porc, fruits, légumes... Les index – alphabétique, par produits, par saisons et par poissons – faciliteront l’organisation des repas et des courses. Il y en aura pour tous les goûts !

Et si vous deveniez (enfin !) le chef de votre propre cuisine ?

Cuisinez bien accompagné avec ma méthode Mentor

I **FORMAT 304 pages | 195 x 250 mm | 19,90 €**