

**GASTRONOMIE / ÉTOILÉS AU SERVICE DE LA SANTÉ**

## **Artistes de la cuisine allégée**

Le concours des « Étoilés au service de la santé » parachève, chaque année depuis 2007, trois modules de formation dispensés aux élèves de la filière « art de la cuisine allégée » du lycée Alexandre-Dumas d'Illkirch. Les « cours » liés à l'alimentation et au cancer, au diabète et aux maladies cardiovasculaires sont assurés par les professeurs Dufour (centre Paul-Strauss), Pinget (Centre européen d'étude du diabète) et le docteur Henry (clinique de l'Orangerie).

*« Belle variété de choix de légumes, proposés en quantités suffisantes, utilisation optimum de la quantité de sel, choix de matières grasses intelligent entre les noix, noisettes et l'huile d'olive »*: le verdict de la diététicienne est plus qu'encourageant. Lundi, les huit finalistes du quatrième concours des Étoilés au service de la santé ont visiblement joué le jeu. Le jury du concours, très féminin (Sylvie Grucker et les jeunes femmes de l'association des « Femmes... chefs de cuisine »), et présidé par le chef de la Fourchette des Ducs à Obernai, Nicolas Stamm, a récompensé Jérôme Koch pour les qualités diététiques de sa recette.

Timothée Kopp a remporté la finale avec un suprême de pintadeau farci aux champignons et parfumé à la coriandre, cuit au four, accompagné d'une polenta verte nature, compotée d'oignons, noisettes et figues, tagliatelles de carottes. *« J'essaie de privilégier les cuissons saines, de jouer avec les rehausseurs de goût, ici la figue et la coriandre, et de toujours dégraisser le plat au fur et à mesure de son élaboration »,* dit-il. *« J'ai utilisé un peu de beurre mais simplement pour lustrer la viande. En cuisson, j'évite ».*

s1