

CUISINE CENTRALE. Cette semaine. **Lundi** : radis, Dahl de lentilles, riz, Boursin®, liégeois®. **Mardi** : feuilleté aux fromages, émincé de volaille, poêlée de légumes, yaourt, pomme. **Mercredi** : pâté en croûte, rôti de veau, champignons, fromage, ananas. **Jeudi** : concombre, sauté d'agneau, ratatouille, bûche de chèvre, crème dessert. **Vendredi** : carottes, crevettes, pommes de terre, bleu, compote. ■

LE P'TIT AIGUILLON... sait que chaque geste compte

À cette période de l'année, le P'tit Aiguillon serait tenté de dire qu'il en a marre de la pluie. Des paroles qu'il pourrait bien regretter cet été, quand la température sera caniculaire et les cours d'eau à sec... Alors, en cette journée mondiale de l'eau, le P'tit Aiguillon partage ses astuces pour préserver ce précieux liquide. Dans son jardin, le P'tit Aiguillon a installé un récupérateur d'eau et a privilégié les arbres et

arbustes d'essences locales qu'il a recouverts de paillage (voir notre édition de dimanche). Et dans sa salle de bain, le P'tit Aiguillon garde toujours un seau à portée de main pour faire couler l'eau de la douche le temps que celle-ci se réchauffe. Il transvase ensuite ce liquide un peu trop frais dans son récupérateur d'eau pour augmenter ses réserves, qui pourront s'avérer salvatrices cet été en cas de restrictions.



Riom → Vivre sa ville

PLAISIR ■ Informaticien de métier, Cédric Sartout s'est formé pour faire de sa passion sa deuxième activité

Une passion dévorante pour la pâtisserie



« Le but, c'est de proposer des réalisations accessibles à tous. C'est faire du fait maison avec les bonnes techniques. »

CHOCOLAT. L'un des différents thèmes proposés par Cédric Sartout invite les pâtisseries amateurs à se tester à la confection de macarons et d'une tarte.

Élevé avec les nombreuses pâtisseries confectionnées par sa grand-mère, Cédric Sartout a toujours eu une passion débordante pour ce petit plaisir. Au point de se former à distance pour obtenir un CAP de pâtissier afin de pouvoir proposer des ateliers à domicile tout en menant de front son métier d'informaticien à l'Urssaf.

Nourredine Regaieg

Avec une grand-mère pâtissière amatrice prolifique du temps de son enfance et un frère pâtissier de métier, Cédric Sartout a un peu baigné dans les gâteaux depuis sa plus tendre enfance. « Quand j'étais au collège, j'avais envie de faire une formation en pâtisserie, raconte le Riomois d'adoption. Mais à cette époque, si tu étais bon en maths ce n'était pas envisageable. Alors je me suis lancé dans l'informatique. »

Un métier qu'il ne regrette pas d'avoir choisi même si la pâtisserie a toujours été une sorte de

fil rouge. « J'ai toujours fait un peu de pâtisserie à la maison, explique-t-il. Et quand j'ai eu un peu plus de temps à y consacrer, j'ai créé un blog pour partager mes recettes avec les gens. »

Des cours à domicile ludiques et accessibles

C'était en 2016. Et en 2019, Cédric Sartout décide de franchir un nouveau cap. « Je me suis rendu compte que grâce à mon compte formation j'avais accumulé un bon nombre d'heures depuis le début de ma carrière, poursuit-il. J'ai tapé "pâtisserie" dans la barre de recherches et j'ai vu qu'il existait

une formation à distance de 160 heures. C'était l'occasion dont j'avais toujours rêvé donc je me suis lancé. »

Débutent alors plusieurs mois de formation ponctués de recettes imposées par un chef pâtissier correcteur basé à Paris. « On devait à chaque fois envoyer 15 ou 20 photos de chaque étape ciblée par le chef, souligne Cédric Sartout. La plus grosse difficulté que j'ai rencontrée, c'est l'utilisation du matériel professionnel. C'est pour cela que j'ai décidé d'aller faire un stage de quelques jours dans une boulangerie de Pont-du-Château pour m'y habituer. »

Crise sanitaire oblige, les examens ont dû être reportés de juin à septembre. Peu importe pour le Riomois qui a réussi les deux épreuves théoriques et celle de pratique longue de 7 heures haut la main.

« Ce n'est pas une reconversion parce que j'ai envie de gar-

der mon job d'informaticien et mener les deux activités de front, martèle-t-il. Mais vu que les cours que je proposais déjà en ligne regroupaient à peu près 70 personnes, je me suis dit que j'allais me lancer dans les cours à domicile. »

Plusieurs thèmes et des ateliers pour les 6-12 ans

Avec cette offre de coaching adapté à chaque client et différents thèmes histoire d'en proposer pour tous les goûts, Cédric Sartout offre un service unique. « Après que la personne se soit inscrite, je lui envoie une liste de courses afin qu'on puisse pâtisser avec des ingrédients qu'elle a l'habitude d'utiliser, explique-t-il. Chaque cours est

prévu pour deux à quatre personnes et dure entre trois et quatre heures (60 euros pour deux personnes et 20 euros supplémentaires pour deux personnes de plus, ndlr). Le fait de pâtissier au domicile des gens donne un côté plus sympathique que si je faisais ça dans un labo. »

C'est d'ailleurs ce côté convivial qui a motivé le Riomois à lancer cette activité pour faire découvrir les classiques de la pâtisserie française. « La notion de partage de ma passion est très importante pour moi, confesse-t-il. C'est pour cela que je fais aussi des ateliers pour les enfants de 6 à 12 ans. Le but, c'est de proposer des réalisations accessibles à tous. C'est faire du fait maison avec les bonnes techniques. » ■

➔ **Réservation.** Tous les ateliers et les tarifs sont disponibles sur le site de Cédric Sartout www.coachpatisier.fr.