

Je cuisine un jour bleu

Gourmets autistes, recettes et témoignages

Le riz vert d'Arthur, la courge déguisée de César, la purée volcanique de Martine, la non-recette philosophique et mathématique du chou romanesco d'Amélie, les spaghettis bleus de Corentin, les pâtes au sucre de Josef, la poire Belle-Paul, les plats post-it de Tanguy, le gâteau normal de Luc... le monde des « gourmets autistes » ouvre sur des saveurs inattendues, des mariages détonants et des déclinaisons décalées de nos classiques recettes.

Les particularités sensorielles des personnes autistes sont nombreuses et l'alimentation n'échappe pas à la règle. Devant des enfants qui ne mangent que « du rouge », n'acceptent que le mixé ou refusent tout légume, les parents trouvent des solutions créatives pour colorer, dissimuler... Et les enfants autistes, devenus adultes, innovent à leur tour.

C'est avec le gourmet Claude Carat, rencontré au hasard d'une conférence, que Josef Schovanec, « saltimbanque de l'autisme » comme il se définit lui-même, a eu l'idée de cet ouvrage collaboratif. Élaboré sous le bienveillant parrainage des Meilleurs Ouvriers de France Guillaume Gomez, chef des cuisines du Palais de l'Élysée, et Michel Roth, chef étoilé et Bocuse d'Or, ce livre atypique, unique en son genre, a été mitonné avec l'aide de l'École de Paris des Métiers de la Table. Il fournit aux personnes autistes, à leurs familles et à leur entourage 60 recettes pour se sentir moins seul aux fourneaux. Parsemé de nombreux témoignages tantôt émouvants tantôt drôles, loin de tout pathos, *Je cuisine un jour bleu* est avant tout un fabuleux voyage qui permettra à chacun de découvrir les landes surprenantes de « l'Autistan ». Laissez-vous guider.

Josef Schovanec anime des conférences sur l'autisme en France et dans le monde. Il se définit comme « autiste en liberté, ancien sédentaire sous camisole chimique devenu nomade heureux ».

Claude Carat a fondé et préside l'Association des Amis de la Fête de la Gastronomie, dont l'objectif est de réunir les passionnés de cuisine, de gastronomie, de produits de terroir autour de la Fête de la Gastronomie qui a lieu chaque année en septembre.

Les droits d'auteurs recueillis grâce à la vente de ce livre seront reversés à des associations reconnues pour leur engagement pour les droits des personnes autistes.

Rayon : Cuisine
ISBN : 978-2-36098-336-0



21 €

Depuis plus de 35 ans, la **Scop Terre vivante** édite des livres d'écologie pratique, ainsi que le magazine *Les 4 Saisons du jardin bio*. Terre vivante a également créé des jardins écologiques en Isère, proposant des stages pratiques.



www.terrevivante.org

