

**PLACE AUX ÉTOILES**

À Honfleur (14), depuis 2005, dans son restaurant deux étoiles, le SaQuaNa (hommage au Japon, où le poisson se dit « sakana »), Alexandre Bourdas, décline... les poissons. À Paris, au Pascade, il revisite cette crêpe soufflée du même nom, originaire du Rouergue.



**Alexandre Bourdas,**  
*en partenariat  
avec Elixir  
pour Gustave-Roussy*



## Cancérologie : quand le repas devient soin

Depuis le 1<sup>er</sup> février 2017, le chef deux étoiles Alexandre Bourdas s'est associé à Elixir afin de créer une offre gourmande et adaptée pour le centre de lutte contre le cancer Gustave-Roussy (Villejuif, 94). Loin des codes de la gastronomie, il use de tout son art pour mettre le plaisir au cœur de l'assiette des patients atteints de cancer.

**S**i l'alimentation tient une place importante dans la santé d'une manière générale, elle joue un rôle déterminant dans la prise en charge de patients atteints de cancer, dans l'accompagnement du traitement et la gestion des effets secondaires. L'enjeu est de stimuler l'appétit, souvent malmené. Il s'agit de l'un des

challenges de Gustave-Roussy. Ainsi, en 2015, le premier centre de lutte contre le cancer en Europe, dans le cadre de la définition de son projet d'établissement 2015-2020, a choisi de mettre l'accent sur l'amélioration de ses prestations de restauration. Une volonté qui fait suite à un audit mené en 2014 par l'établissement sur le gaspillage alimentaire

dans ses unités de restauration collective dédiées aux patients. Il a révélé que près des trois quarts des repas servis n'étaient pas entièrement consommés. La principale raison s'avérait être le manque d'appétit, la douleur et la fatigue. Ce constat a joué le rôle de catalyseur et s'est naturellement inscrit dans le programme « Infiniment Vous » lancé

en février 2016 par Gustave-Roussy pour remettre le patient au cœur des attentions, envisagé dans une démarche holistique. Il redonne toute son importance au service, et notamment à la chambre et aux repas. Ainsi, le centre de lutte contre le cancer, lors du renouvellement de son contrat avec Elior, son partenaire depuis 2011, a inscrit dans son cahier des charges sa volonté de revoir totalement son offre de restauration et, plus encore, le souhait d'une collaboration avec un chef étoilé pour élaborer des menus, participer au choix des produits, concevoir les fiches recettes et former les équipes sur place. Le 1<sup>er</sup> février 2017, la nouvelle offre de restauration est lancée avec le concours d'Alexandre Bourdas, chef deux étoiles du restaurant SaQuaNa à Honfleur (14). Un partenariat, tout autant qu'une rencontre, de trois univers qui a donné naissance à une offre gourmande et adaptée aux patients atteints de cancer.

### « Manger mieux, manger plus joli »

« J'ai toujours considéré que la cuisine était liée à la santé et au bien-être; je l'associe au bonheur », explique Alexandre Bourdas. Lorsqu'Elior le contacte pour lui présenter le projet, le chef demande à rencontrer les équipes, les professionnels de santé, les patients pour s'immerger, comprendre les attentes, les besoins. « Quand on m'a proposé de contribuer à lutter contre le cancer en cuisinant, cela a été une révélation, ajoute-t-il.

### Elior en chiffres

- 9 490 restaurants et points de vente
- 25 800 collaborateurs
- 1,4 million de convives

L'assiette serait une priorité pour moi si je devais être malade. Cuisiner pour des personnes en difficulté est ce qui manquait pour donner du sens à mon métier. » Pendant plusieurs mois, Alexandre Bourdas consacre de nombreux jours à écouter, échanger et proposer des recettes qui tiennent compte des difficultés que rencontrent les malades atteints du cancer et qui stimulent leur appétit. La nouvelle offre de restauration doit s'intégrer dans un projet médical global et repose sur un diptyque : « Manger mieux, manger plus joli ». Le premier volet consiste à réduire les quantités servies aux patients tout en améliorant l'apport énergétique avec des repas adaptés aux besoins et propres à stimuler leur appétit. Le second pan de ce renouvellement a trait à la présentation des plats, à l'adoption d'une nouvelle gamme de vaisselle, 100 % en porcelaine. « L'économie réalisée par la réduction des quantités est réinvestie dans la qualité des produits (produits frais, labélisés bio, Label Rouge, Bleu Blanc Cœur...), l'exécution des recettes et la mise en œuvre des plats », explique Bénédicte Rétif, diététicienne nutritionniste à Gustave-Roussy. La prestation comporte deux volets : d'une part, les repas en hospitalisation conventionnelle qui concernent 150 patients chaque jour, à raison d'un repas complet avec trois composantes (entrée, plat chaud, dessert), deux jours par semaine; et la restauration en médecine et en chirurgie ambulatoire qui correspond à une collation froide, facile à manger.

### Lutter contre les effets secondaires

L'un des enjeux forts de la nouvelle offre est de stimuler l'appétit de

## La cuisine, par gourmandise

La cuisine d'Alexandre Bourdas rayonne, empreinte de ses souvenirs d'enfance, de ses voyages, des moments de bonheur partagés. De sa mère aveyronnaise et de son père normand, il a hérité de l'amour de la cuisine et de la table. Après un parcours d'étudiant en hôtellerie-restauration « classique », Alexandre Bourdas fait ses premières armes auprès de grands noms de la cuisine. Régis Marcon, Michel Guérard et Michel Bras. Il prend son premier poste de chef à 26 ans, puis décroche sa première étoile en 1999 au Château Sully, à Bayeux. En 2002, il quitte la France pour le Japon pour prendre la direction du restaurant Michel Bras Toya, classé parmi les dix meilleurs restaurants français à l'étranger. Il y apprend « le bouillon, la finesse, la droiture, la rigueur ». Il rentre en France en 2005 et s'installe en Normandie, à Honfleur, où il ouvre, un an plus tard, le SaQuaNa (acronyme de Saveur, Qualité, Nature mais aussi traduction de « poisson » en japonais). En 2007, il obtient une première étoile puis une deuxième en 2010. C'est dans ses origines normandes qu'Alexandre Bourdas puise sa passion pour le poisson, auquel il dédie son restaurant et dont il fait son ingrédient fétiche comme son plat devenu signature : la lotte pochée au citron vert. Fin 2012, en ouvrant le restaurant concept Le Pascaade (cantine-auberge Bib gourmand à Paris), il y rend hommage à une autre « madeleine » de son enfance, la pascaade, une crêpe soufflée, spécialité du Rouergue.



David Huard





French Hospital

## SAUMON FROID, CRÈME DE YAOURT AUX PETITS POIS

### Ingrédients pour 4 personnes

- Pavé de saumon avec peau : 500 g
- Petits pois très fins : 350 g
- Yaourt nature : 250 g
- Huile d'olive vierge extra : 5 ml
- Jus de citron : 2 ml
- Gingembre frais : 1 g
- Menthe fraîche (mélange) : 1 g
- Menthe fraîche (décor) : 1 g
- Zestes de citron jaune : 1 g
- Sel.

### Progression

- Saler le saumon de chaque côté.
- Déposer le saumon sur une plaque filmée, peau sur le dessus. Le cuire au four sec à 90 °C pendant 15 min et laisser refroidir.
- Enlever la peau du saumon puis le tailler pour obtenir de gros cubes.
- Plonger les petits pois dans une eau bouillante salée et les faire cuire 1 minute. Les égoutter et les mettre dans l'eau froide pour stopper la cuisson.
- Ciseler la menthe fraîche.
- Confectionner la sauce en mélangeant le yaourt, le jus de citron, les zestes de citron, l'huile d'olive, le gingembre, la menthe ciselée, le sel et le poivre.
- Au dressage, arroser d'une goutte d'huile d'olive le saumon et déposer un petit bouquet de menthe.

Recette signée Alexandre Bourdas pour Elior, à destination des patients atteints de cancer traités à Gustave-Roussy. Carte été 2017.

personnes atteintes de cancer, avec des plats adaptés tenant compte des effets secondaires des traitements. Le fil conducteur du partenariat avec Alexandre Bourdas est de permettre aux patients de retrouver le plaisir de se nourrir, de les éloigner ainsi de la maladie, en leur apportant du réconfort. « Nous mettons tout en œuvre pour éviter la dénutrition, bien souvent le corollaire du cancer, explique Bénédicte Rétif. Ce n'est pas la maladie qui entraîne les problèmes d'alimentation mais le traitement et ses effets secondaires. La chimiothérapie entraîne des nausées, une perte d'appétit, des troubles du goût ; la radiothérapie des ulcérations buccales, des problèmes de déglutition...

Tous ces traitements provoquent une grande fatigue. L'alimentation en oncologie est par conséquent un facteur clé. Le traitement dépend de l'état physique qui lui-même dépend de la prise alimentaire. Nous nous battons chaque jour pour favoriser l'état nutritionnel de nos patients. Tout ce qu'ils peuvent consommer "naturellement" est important. » Chaque plat élaboré par Alexandre Bourdas a été développé à l'aune de

ces spécificités propres à l'alimentation de la personne atteinte de cancer et imaginé pour convoquer les souvenirs heureux, des repères, une trêve loin de la réalité de la maladie. Les modes de cuisson ont été auscultés avec soin pour magnifier les produits sans en altérer les qualités organoleptiques. Chaque recette a été passée au crible et les goûts forts, trop épicés ou acides ont été éliminés. Le choix s'est porté sur des émancés, des mousses pour éviter la fatigue, le goût est travaillé sur des infusions ou par la cuisson pour les adoucir, les textures favorisent la déglutition et les associations de saveurs imaginées par le chef le réconfort.

### Prestations haut de gamme

La notion de choix, pilier de la nouvelle offre de restauration, joue également un rôle important dans une prestation délibérément axée sur le service et la prise en compte de l'individu et de ses spécificités. Ainsi, la prestation d'Elior comporte la prise de commande, au chevet des patients, par des hôtesses diététiciennes. Chaque jour, un bol



French Hospital

« Manger mieux, manger plus joli », tel est le diptyque sur lequel repose la nouvelle offre de restauration de Gustave-Roussy.

fraîcheur est proposé en alternative au plat chaud. De même, le patient peut préférer un menu de la carte fixe au menu du jour.

Le résultat est au rendez-vous puisque les premiers témoignages sont positifs, les retours « plonge » probants. « Nos patients nous disent qu'ils ont l'impression d'être privilégiés, de s'évader le temps du repas, d'être au restaurant », se réjouit Bénédicte Rétif. Une satisfaction partagée par Alexandre Bourdas : « Les plateaux reviennent vides. Il y a un véritable engouement pour ces plats qui semblent redonner aux patients une forme d'énergie, un intérêt pour le repas, la vie. Nous améliorons leur état psychologique, les préparons à passer une après-midi de traitement. Ils sont curieux de savoir ce qu'ils vont manger la semaine suivante. »



« On remarque tout de suite la différence entre l'ancienne offre de restauration et la nouvelle. Je suis assez compliquée au niveau alimentaire mais maintenant je mange tout ! »

Une patiente hospitalisée à Gustave-Roussy

### Place à la créativité !

L'offre de restauration de Gustave-Roussy conjugue également la créativité du chef étoilé avec les contraintes de volume et d'hygiène propres à la restauration collective. « Il a fallu que les univers se rencontrent. Alexandre Bourdas a accepté de sortir de sa zone de confort et a intégré petit à petit notre cahier des charges, explique Véronique Mourier, responsable nutrition chez Elixir. L'objectif, néanmoins, était de ne rien s'interdire pour ne pas passer à côté de quelque chose. L'ensemble de la carte a ainsi été renouvelé avec une dimension automne-hiver et printemps-été. Trente-neuf recettes ont été développées. Le chef a travaillé avec les produits du catalogue Elixir et a formé nos équipes pour que les recettes correspondent à ce qu'il voulait en termes de résultat. Nos équipes ont dû sortir de leurs process. » Le travail commun réalisé par Alexandre Bourdas et les cuisiniers d'Elixir est une source de satisfaction pour le chef qui avoue que l'expérience a changé sa vision du monde de la restauration collective. « Ce

n'est pas de la haute couture mais ce sont de bons produits avec lesquels on peut faire de belles choses. Je me suis régalé avec des plats de collectivité ! » Autre motif de satisfaction : avoir pu travailler main dans la main avec les chefs Elixir : « Ils sont dans un système de production très lourd, avec des contraintes fortes, liées au volume, à l'approvisionnement... L'expérience les a recentrés sur l'acte de cuisiner, leur a apporté des techniques différentes. Ils ont retrouvé leur âme de cuisiniers. Nos démarches sont différentes, nos produits et techniques également mais nous avons un but commun : cuisiner pour l'autre. » Même satisfecit pour Bénédicte Rétif : « On réintègre la cuisine dans la cuisine ! Les chefs ne sont pas que des "techniciens" mais de véritables cuisiniers qui font leurs fonds de sauce. Ils ont retrouvé le goût de cuisiner. »

Alexandre Bourdas assume aujourd'hui fièrement les deux vestes : « Celle de chef sur mesure et celle de chef de collectivité. Cette expérience a donné un sens au cuisinier que je suis. »

Larvine AUBIN-KARPINEK



Véronique Mourier, responsable Nutrition chez Elixir.



Crème de chèvre à l'huile d'olive et tomate au pesto.



Bénédicte Rétif, diététicienne nutritionniste à Gustave-Roussy (94).