



COMMUNIQUÉ DE PRESSE

***La Cuisine Végétale de Référence*, Éditions BPI :  
le livre de 1000 pages qui manquait pour appréhender  
la cuisine végétale et son infinie palette de saveurs**

*Les Éditions BPI ont rassemblé des experts dans un ouvrage inédit et complet qui manquait pour mettre au cœur des assiettes le végétal et son infinie palette de saveurs.*

Nanterre, le 12 septembre 2023 – Il a fallu plusieurs années à 5 auteurs experts reconnus pour présenter 200 produits et leurs techniques de préparation, 200 préparations de base (sauces, marinades, fermentations...) et 190 recettes au format de fiches techniques professionnelles.

Le livre est sorti en librairie le 12 septembre 2023, au prix public de 49 € TTC.

Le site dédié [www.cuisinevegetaledereference.fr](http://www.cuisinevegetaledereference.fr) permet de visionner des extraits et une vidéo de présentation par les auteurs.





## Au XXI<sup>e</sup> siècle, la cuisine est résolument végétale

La cuisine « du végétal » est universelle, elle permet de satisfaire tous les convives en s'adaptant aux envies de chacun, grâce aux nombreuses techniques disponibles pour exploiter une immense palette de saveurs et textures en toute saison. En tirant le meilleur parti du végétal, dans toutes ses dimensions, et pas seulement les fruits et les légumes, la cuisine du XXI<sup>e</sup> siècle peut enfin repartir à la rencontre de tous les appétits et de tous les modèles alimentaires. La guerre supposée entre les végétariens, les végétariens, et les flexitariens n'aura pas lieu, car elle n'a pas lieu d'être !

La noblesse du végétal va bien au-delà de la truffe, la vanille et le safran. Elle s'exprime dans le choix des recettes, dans les techniques de préparation, dans les assemblages oubliés ou carrément audacieux. Car le végétal est bien plus qu'une simple garniture ou un élément de dressage dans une assiette déjà vue partout : un bon plat végétal, c'est une préparation bien présentée avec un rapport qualité/prix tout aussi délicieux.

Rôtir, braiser, sauter, laquer sont autant de modes de préparations connus. Avec le végétal, viennent s'ajouter infuser, fermenter, macérer...

Pour renouveler le plaisir et l'envie à table, il est temps d'imaginer des assiettes qui tirent le meilleur parti des fruits, des graines, des champignons, des algues, des herbes aromatiques...

Dans toutes les cuisines, professionnelles ou domestiques, celles et ceux qui cuisinent pour les autres ont désormais toute latitude pour donner un nouveau souffle à une inventivité réaffirmée grâce à une cuisine gourmande qui surprend et renouvelle les recettes.

## Des auteurs experts du végétal et de la formation

*La Cuisine Végétale de Référence* est le fruit d'un travail collectif inédit et complémentaire :

- Frédéric Jaunault, **M.O.F. Primeur**, partage sa connaissance passionnée de l'univers végétal, du produit à l'assiette.
- Luc Fontaine et Jérôme Leniaud, respectivement directeur de l'Éducation à la Cuisine Végétale et Chef Exécutif chez Bonduelle, apportent leur longue expérience de **l'accompagnement des chefs** vers la cuisine végétale, aussi bien en restauration commerciale qu'en restauration collective ou dans les nouvelles dimensions du snacking et de la restauration nomade.
- Pierre-Paul Zeiher et Jean-Michel Truchelut, forts d'une carrière d'enseignants-formateurs à l'Éducation nationale renforcent la **dimension pédagogique** du livre.

## Plus de 200 produits, du plus classique au plus surprenant

Le végétal englobe avant tout une richesse de produits ouvrant pour toutes les saisons et tous les goûts **une palette de saveurs et de textures** à explorer et mettre en valeur. On trouvera ainsi par exemple :

- l'oignon doux des Cévennes, qui peut se préparer de l'entrée au dessert,
- le kiwano, un fruit originaire d'Afrique, qui a une chair proche de celle du concombre,
- les champignons, qui occupent une place à part dans le végétal.

Pour chaque produit, des techniques de préparation sont explicitées selon le principe « **le bon produit, la bonne découpe, pour le bon usage** ».



## COMMUNIQUÉ DE PRESSE

### 190 recettes gourmandes pour tous les cuisiniers en quête de réponses

Par manque de techniques pour le **mettre en majesté**, le végétal est trop souvent présenté comme simple accompagnement dans l'assiette. Place à la créativité, l'important reste avant tout le goût et la gourmandise. **Il faut que ce soit bon !**

Joli **cappuccino de butternut** avec quelques oignons frits pour le croustillant en entrée, belle tranche de pâté en croûte toujours avec de la courge butternut grillée et une duxelles de champignons à l'ail noir pour suivre, **ananas rôti** façon Gérard Sallé en dessert, sont quelques propositions d'esprit bistrot. La cuisine à déguster sur le pouce n'est pas en reste : **rouleau de printemps aux petits pois** pimpé à la menthe et à la mangue – intéressante association fruit/légume –, poké bowl associant boulgour, lentille verte et patate douce rôtie au miel et aux épices, **brownie aux haricots rouges** au fondant inégalable.

La cuisine végétale est une source de plaisir, de curiosité et d'émotions.

### Des milliers de gestes, techniques et produits en vidéos

Des QR Codes placés dans le livre renvoient vers **plus de 200 vidéos**. Frédéric Jaunault, M.O.F. Primeur, fait découvrir les secrets des végétaux comestibles sous forme de masterclass. Les préparations de base (sauces, marinades, fermentations...) sont concentrées sur le produit et le geste. Les recettes donnent au végétal la première place en mettant en avant : cuissons, couleurs, goûts et créativité, avec **plusieurs chefs et leurs différentes sensibilités**.

### 1008 pages de référentiel pour cette première étape

Pour transmettre au plus grand nombre les clés de l'alimentation de demain, les **Éditions BPI**, fortes de leurs 75 ans d'expérience dans la création de **supports de référence** pour la formation des chefs, proposent un référentiel complet, à la fois précurseur et innovant, respectant **l'exigence des bases culinaires** qui fait la précision de la cuisine française.

**La Cuisine Végétale de Référence**  
Éditions BPI

Auteurs :  
Frédéric Jaunault, M.O.F Primeur,  
Luc Fontaine, Jérôme Leniaud,  
Jean-Michel Truchelut, Pierre-Paul Zeiher.

**Extraits et vidéo de présentation :**  
[www.cuisinevegetaledereference.fr](http://www.cuisinevegetaledereference.fr)

ISBN 978 285 708 9377  
1008 pages – format 21 x 29,7 cm  
Publication le 12 septembre 2023  
Prix public 49 € TTC

À propos des **Éditions BPI – Best Practice Inside** : en activité depuis 1950, l'éditeur français de référence des ouvrages professionnels et de formation pour les métiers de l'hôtellerie, de la restauration et des arts culinaires propose un catalogue riche de plus de 100 titres incontournables, dont le best-seller *La Cuisine de Référence* et sa version anglaise *The French Chef Handbook*, ou encore *La Pâtisserie de Référence*, *La Sommellerie de Référence* et *Le Bar de Référence*. [www.editions-bpi.fr](http://www.editions-bpi.fr)  
**BPI Campus** propose également des vidéos d'apprentissage.

**Contact presse :** Antoine VIOLLETTE – [aviollette@editions-bpi.fr](mailto:aviollette@editions-bpi.fr) – 06 60 19 15 24