

# hors piste

**ADRIEN CACHOT**

Préface Paul Pairet



**Finaliste  
Top Chef 2020**

Flammarion



# **hors piste**

**ADRIEN CACHOT**

Coordination : Emie Wada

Conception graphique : Justeciel

Direction éditoriale : Ronite Tubiana

Édition : Clélia Ozier-Lafontaine

Préparation-relecture : Cyrielle ; Sylvie Rouge-Pullon

Fabrication : Louisa Hanifi-Morard

Photographeur : IGS-CP L'Isle d'Espagnac

© Flammarion, Paris, 2021

Tous droits réservés

N° d'édition : L.01EPMN001226

ISBN : 978-2-0802-5771-0

Dépôt légal : mai 2021

[editions.flammarion.com](http://editions.flammarion.com)



# hors piste

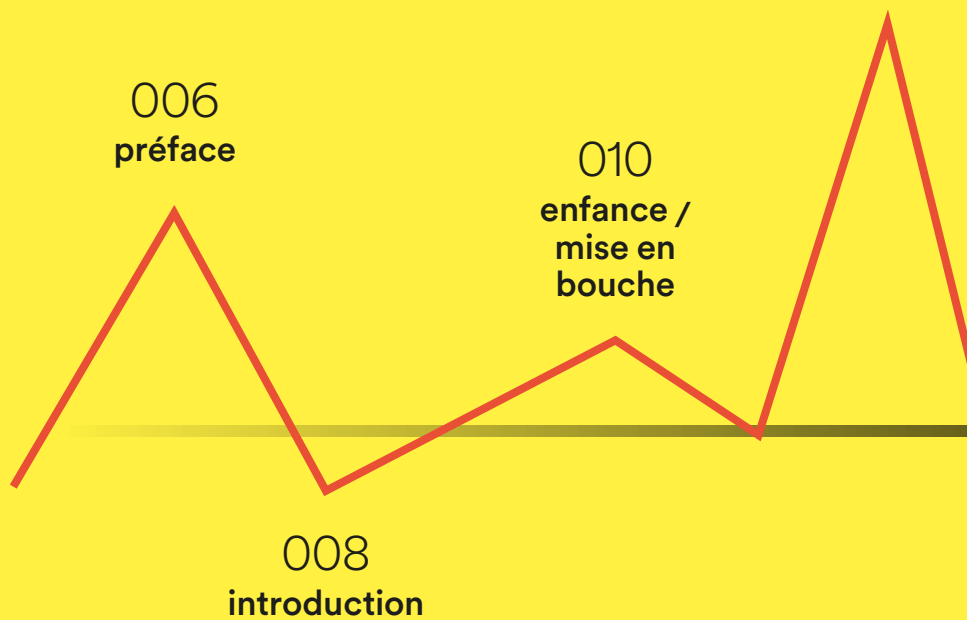
**ADRIEN CACHOT**

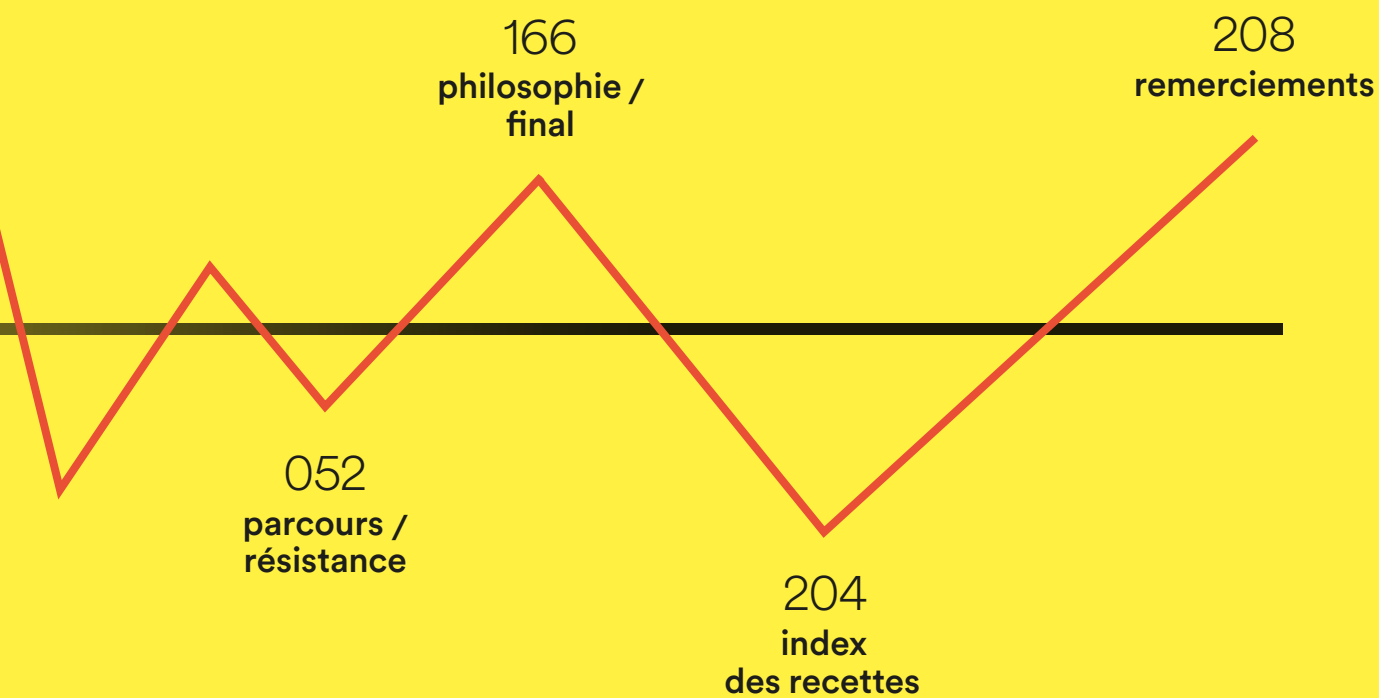
Photographies  
Louis Boucharinc

Textes  
François Chevalier

Flammarion

# sommaire





## LES PIEDS SUR TERRE ET LA TÊTE DANS LES NUAGES

PAUL PAIRET

J'ai rencontré Adrien Cachot en septembre 2019 pour Top Chef, saison 11, lors du tournage de ma première saison en tant que juré de l'émission.

Un premier anti-rush vers le « garde-manger » à pas lents suivi d'une intermission toilettes en cours de diffusion auraient pu prématurément décider du futur d'Adrien au sein de l'émission. Et pourtant, comme pour tous les coups de foudre, il y a eu un moment court, un moment de grâce, qui m'a instantanément décidé à intégrer Adrien dans ma « Brigade violette ».

Quelques minutes pour observer cette nonchalance contenue, l'assurance humble du timbre de voix posé, l'économie des gestes professionnels, un sourire joueur et l'étincelle qui allume brièvement son regard lorsqu'il déploie sa culture culinaire.

Avant même de goûter son interprétation intelligente de la croûte mouillée et sèche du vol-au-vent, j'ai su, j'ai cru en tout cas qu'il y avait là un compagnon de route à mes débuts, à ses débuts – à nos débuts, donc.

Je crois avoir dit quelque part au terme de notre aventure qu'Adrien est un personnage très singulier, un Marsupilami attachant et déjanté entre Droopy et Zidane, une espèce rare et en voie d'apparition.

Et c'est bien là un raccourci imagé – une comparaison clonique, parce qu'il est difficile de rencontrer un Adrien dans les cuisines de tous les jours.

Alors... Génial ? Génie ? Emphase ?

Je ne crois pas au génie en cuisine. Je crois plus volontiers à la capacité de travail, à la culture, à l'immersion permanente, à la propension à chercher une forme d'expression dans la cuisine, à la recherche de sa propre identité, au discours des mains, pour que les ventres répondent, pour que les cœurs comprennent. À la passion, tout simplement.



Dans ce sens, Adrien ressemble beaucoup à qui j'ai été, il a englouti sa vie dans la cuisine, qui définit son mode d'expression. Il est capable de traduire la folie qui est en chacun d'entre nous sans pudeur en cuisine, mais avec beaucoup de pudeur au quotidien. Même si ça ne se voit pas.

Il doute de tout, il doute de tous, pour se poser les bonnes questions, avancer et prendre des risques.

La prise de risque, c'est toujours le reflet de la confiance en soi. Adrien a confiance en lui, même si ça ne se voit pas. Sensible et tenace, joueur et rigoureux, il a réussi à développer une impressionnante banque de données mentales des goûts qu'il croise sur un fil avec fulgurance. C'est sa force.

Il possède une culture énorme – il faut savoir, quand on ne veut pas copier, et surtout, surtout, une curiosité en éveil permanent. Ce que j'appelle l'œil du nouveau-né, qui ne préjuge de rien et s'étonne de tout.

C'est un volcan désinvolte et facétieux, qui se retient d'exploser en permanence, mais qui se trahit parfois. Il a tous les symptômes de la passion qu'il faudra cultiver, comme une plante verte.

C'est quelqu'un de très spécial, avec un vrai talent, et je suis fier de préfacer son premier livre – une nouvelle étape dans une carrière en devenir.

Je te souhaite le meilleur, « mon » Adrien.  
Garde les pieds sur terre et la tête dans les nuages, et sûrement dans les étoiles.

Tu le mérites bien.



## INTRODUCTION

ADRIEN CACHOT

Ce livre retrace les périodes importantes de ma vie, celles qui ont fait, grâce à des rencontres chanceuses, un travail acharné et une volonté sans faille d'être libre, que j'écris ce premier ouvrage à 31 ans.

J'y raconte sans tabou mon parcours « hors piste », comme un hymne à l'espoir pour tous les jeunes ou les parents dépassés. Aujourd'hui, j'ai trouvé ma voie, et ma différence est une force.

Je vous parle aussi bien sûr de ma passion, la cuisine. À présent, une question revient souvent sur la table : comment la définir ? Il est très difficile pour moi d'y répondre, car je n'ai jamais su. Mais je pense que c'est une erreur de vouloir tout étiqueter, je ne veux pas finir dans une case. Ma seule certitude est que j'aime ce métier, j'y consacre toute ma personne au point d'en négliger le reste.

Je ne suis pas un « cuisinier de recettes », je n'en écris d'ailleurs jamais. Ma cuisine n'a aucun préjugé et se fie davantage à mon instinct et à mon humeur. Mes inspirations sont infinies, mes plats évoluent sans cesse.

Dans ce livre, vous trouverez surtout mes sources d'inspiration, comme un guide d'idées, d'associations de goûts pour aller plus loin, de techniques qui ouvrent de nouvelles portes. Soyez créatifs ! Échouez, réessayez, recommencez encore et encore, la cuisine est un jeu sans limites, où seule la remise en question est reine.

J'espère que vous prendrez plaisir à plonger dans mon aventure, dans la vôtre peut-être.

Ne vous interdisez rien, croyez en vous !







**en-  
fance  
/  
mise  
en  
bouche**



Je suis né le 10 octobre 1989, à la clinique Lafargue, à Cenon, en banlieue de Bordeaux. Depuis, l'établissement a fermé ses portes en 2013. Ma naissance a dû les traumatiser (rires). Cenon, c'est une ville classique de banlieue, avec tous les avantages et les inconvénients de la banlieue. Parmi les avantages, la mixité. J'ai grandi avec tout le monde, des Maghrébins, des Blacks, des Turcs, des Asiatiques... La couleur de peau, dès mon plus jeune âge, n'a jamais été un problème. Je ne vois pas de différences. Les inconvénients ? C'est un milieu qui fait peut-être moins de cadeaux que d'autres milieux sociaux, donc chacun s'en sort comme il peut.

Je ne suis pas bordelais, je suis cenonnais, ce n'est pas pareil. J'ai faim de réussite. Sur le CV, dès que les gens voient que l'on est originaire de Cenon, ils te disent : « Ah non désolé, on a besoin de personne. » Quand on vient de Cenon, c'est écrit sur notre visage. Nos visages sont plus fermés. J'ai grandi dans une résidence, trois tours de dix-huit étages, et dans la rue d'à côté il y avait deux grandes cités. Enfant, j'étais quelqu'un de très discret, réfléchi, calme, mais toujours avec les plus mauvaises idées en tête.

Ma mère, Françoise, est originaire de Vilanova i la Geltrú, à côté de Sitges, une petite ville balnéaire située à 30 kilomètres au sud de Barcelone. On allait souvent en Catalogne pendant les vacances scolaires et on y passait une bonne partie de l'été. On est une grande famille, ma mère a sept sœurs. On y parle un tiers de catalan, un tiers d'espagnol et un tiers de français, c'est un peu un langage de gitan (rires). Ça ne s'enseigne pas trop... Personne ne peut m'insulter en espagnol sans que je le sache.

Mes parents sont des bosseurs. Ils ont toujours travaillé pour subvenir à nos besoins. Avec ma sœur, Ingrid, qui a quatre ans de plus que moi, on n'a jamais manqué de rien. Ma mère a commencé à travailler dans une quincaillerie et elle a passé des diplômes pour devenir aide-comptable. Du coup, malgré une polyarthrite qui l'handicape lourdement, elle travaillait à la quincaillerie le matin, et l'après-midi, elle aidait mon père dans l'entreprise familiale. Mon

père s'appelle Christophe. Il est né à Pessac mais c'est un vrai Bordelais. On m'a dit qu'il était ingérable jusqu'à ses 15 ans, un peu comme moi (rires), jusqu'à un grave accident de solex. Un camion lui est rentré dedans. Son casque s'est coupé en deux. Il a mis du temps à s'en remettre. À la base, il voulait passer un diplôme pour réparer des cyclomoteurs. Du coup, il a commencé en tant qu'homme d'entretien avant de monter sa propre entreprise de nettoyage. Il a toujours dit qu'il ne voulait pas travailler pour quelqu'un. Mon père a une grosse capacité d'apprentissage, il est très intelligent mais son caractère est très compliqué aussi, même s'il s'est un peu adouci avec l'âge.

« Adrien n'était pas vraiment une tête brûlée, c'était plutôt un chien fou. C'est quelqu'un de secret, presque animal... Et il est très intuitif : quand je vais mal, il le sait automatiquement en décrochant le téléphone. Il a toujours fait ce qu'il voulait quand il voulait. Il y a bien des choses qu'on ne savait pas, notamment les bêtises, mais il m'a toujours protégé, et en fin de compte c'était un amour. Il ne voulait pas me faire de peine. Je l'en remercierai toute ma vie. »

— Françoise Cachot

Mon papa n'était pas très présent car il travaillait beaucoup. Ma mère l'était plus, l'après-midi, car leur bureau était dans notre appartement. Lui, il travaillait de 4h du matin jusqu'à 22h avec une coupure pour déjeuner. Je n'ai jamais manqué d'amour mais à partir de mes 13 ans, c'était très conflictuel avec mon père. Aujourd'hui, ça se passe super bien. On a fait de la natation ensemble pendant deux ans. Il a appris à nager en même temps que moi, à 30 ans. Il a fait de la course à pied pendant longtemps et courait deux marathons par an. Il fait encore 200 kilomètres de vélo par semaine. Il m'a transmis l'humilité et le respect des autres. J'aime mes parents. Ils n'ont jamais eu beaucoup d'argent mais on a toujours eu droit à des vacances. On avait un camion de surfeurs et on partait dormir sur des parkings. On a eu cette chance d'avoir mon père qui des fois avait des idées à la con mais un peu drôles.









**par-  
cours  
/  
résis-  
tance**





« On s'est souvent parlé au téléphone durant Top Chef. Adrien avait besoin d'être rassuré. Des fois, on s'appelait à 1 heure du matin... Il a bataillé pour trouver un flambadou et j'étais à deux doigts de monter à Paris pour lui amener le mien ! À la base, on brûle la graisse dans le flambadou pour une recette de gibier. Utiliser cet ustensile traditionnel de la chasse pour valoriser des produits phares du Sud-Ouest comme l'huître et le foie gras, au-delà du côté spectaculaire, c'est une idée géniale. Ça paraît incohérent de brûler du foie gras sur une huître, mais quand on se rend compte de la puissance aromatique... C'est au-delà du fumé, c'est animal, brutal, comme goût. Adrien a ce côté brutal en lui mais derrière il y a une grande technicité et une finesse. C'est un futur très grand. »

— Vivien Durand

Je voulais résumer la saison de Top Chef en une assiette et la saison était placée sous le signe « de l'audace et de la conscience écologique ». Concernant le gaspillage alimentaire et le tri des déchets, je ne suis pas un donneur de leçons. Je fais le maximum de mon côté car on doit tous faire des efforts, produire moins de déchets, essayer de faire du local — même si ça ne me dérange pas d'acheter du cacao à un producteur de Madagascar, lui aussi a besoin de gagner sa vie. Si tu veux faire du 100 % local, c'est dur de rester à Paris.

Ce gobelet, c'est un plat suicidaire car il m'a fait perdre la finale de Top Chef mais j'en suis fier. Beaucoup de gens ne l'ont pas compris, comme Hélène Darroze. Mais si c'était à refaire, c'est la seule chose que je referais dans mon menu. Je crois que Michel Sarran a dit que c'était l'un des plats les plus marquants qu'il ait mangé dans Top Chef. Au début, ce gobelet, je voulais le faire en version salée. Avec Vivien Durand, on a réfléchi tous les deux, et je pensais ne pas y arriver sans fécule. À un moment, j'ai eu l'idée de fabriquer un moule en latex avec du caramel dedans.

Inconsciemment, c'est une forme d'hommage à Ferran Adrià. Sans lui, je n'aurais jamais eu l'audace de fabriquer ce gobelet. Il fait aussi partie de notre patrimoine culinaire en Europe. C'est le parrain de la cuisine moderne. Tout n'est pas bien dans sa cuisine, il y a beaucoup de produits qui consommés en grande quantité ne sont pas bons pour le corps mais c'est un chef qui est d'une inspiration folle. Il nous a tous fait progresser d'une façon ou d'une autre. Comment peut-on savoir qu'il est possible de faire un moule en forme de gobelet ? On a déjà fait des citrons à base de sucre et des légumes en trompe-l'œil mais c'est lui qui m'a donné la force d'aller encore plus loin dans mes recherches. Chaque gobelet était différent, il y avait 110 pièces uniques. J'aurais peut-être pu en faire un mur au Centre Pompidou (rires). Je suis hyper content de l'avoir fait, je ne regrette rien. Le geste était fort.

« C'est surtout ma femme qui regarde Top Chef en temps normal.

Ça finit trop tard pour moi, à minuit, je suis déjà couché.

Mais comme Adrien participait, je me suis pris au jeu. C'était comme une drogue, j'avais les mains moites à chaque émission... pire que pour un match de foot !

Adrien est resté lui-même, un peu taciturne, humble. On se la pète pas trop dans la famille... Il a quand même un caractère entier et j'avais peur que ça se retourne contre lui. »

— Christophe Cachot

# Hanpen de maquereau

À déguster traditionnellement dans un bouillon mais à accorder à votre convenance (avec une escabèche, par exemple).

## Ingrédients

Pour 4 personnes

### *Meringue française*

2 blancs d'œufs

10 g de sucre

300 g de filet de maquereaux

(environ 2 maquereaux)

80 g d'igname

2 cuillerées à café de mirin

2 cuillerées à café d'huile

1 cuillerée à café de sauce soja

Crème fermière

Œufs de hareng

## Meringue française

Montez les blancs d'œufs en neige puis ajoutez le sucre petit à petit. Réservez.

## Hanpen

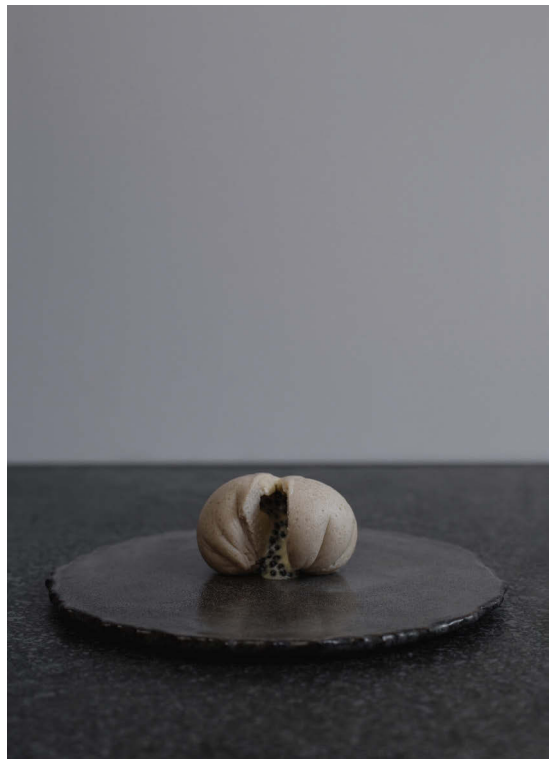
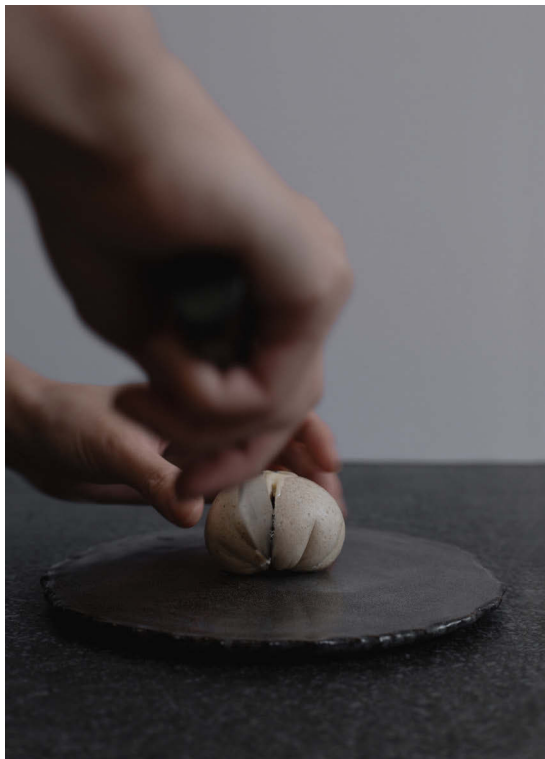
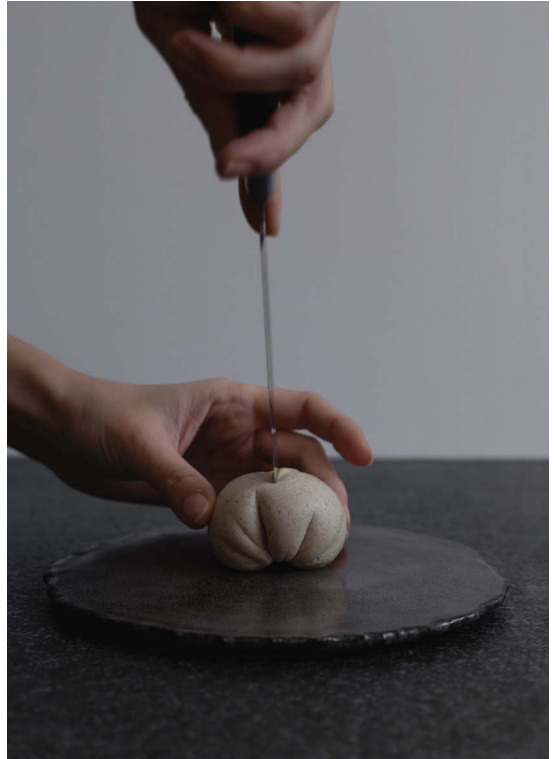
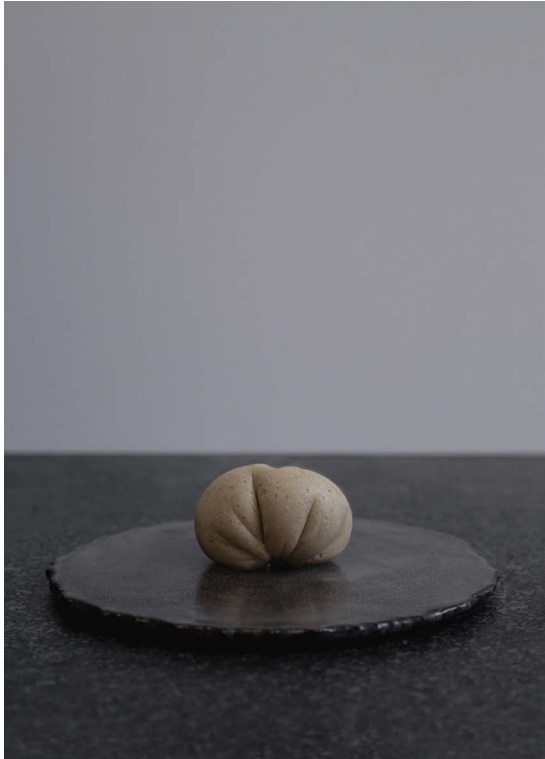
Levez les filets de maquereaux puis mixez-les avec la sauce soja, le mirin et l'huile.

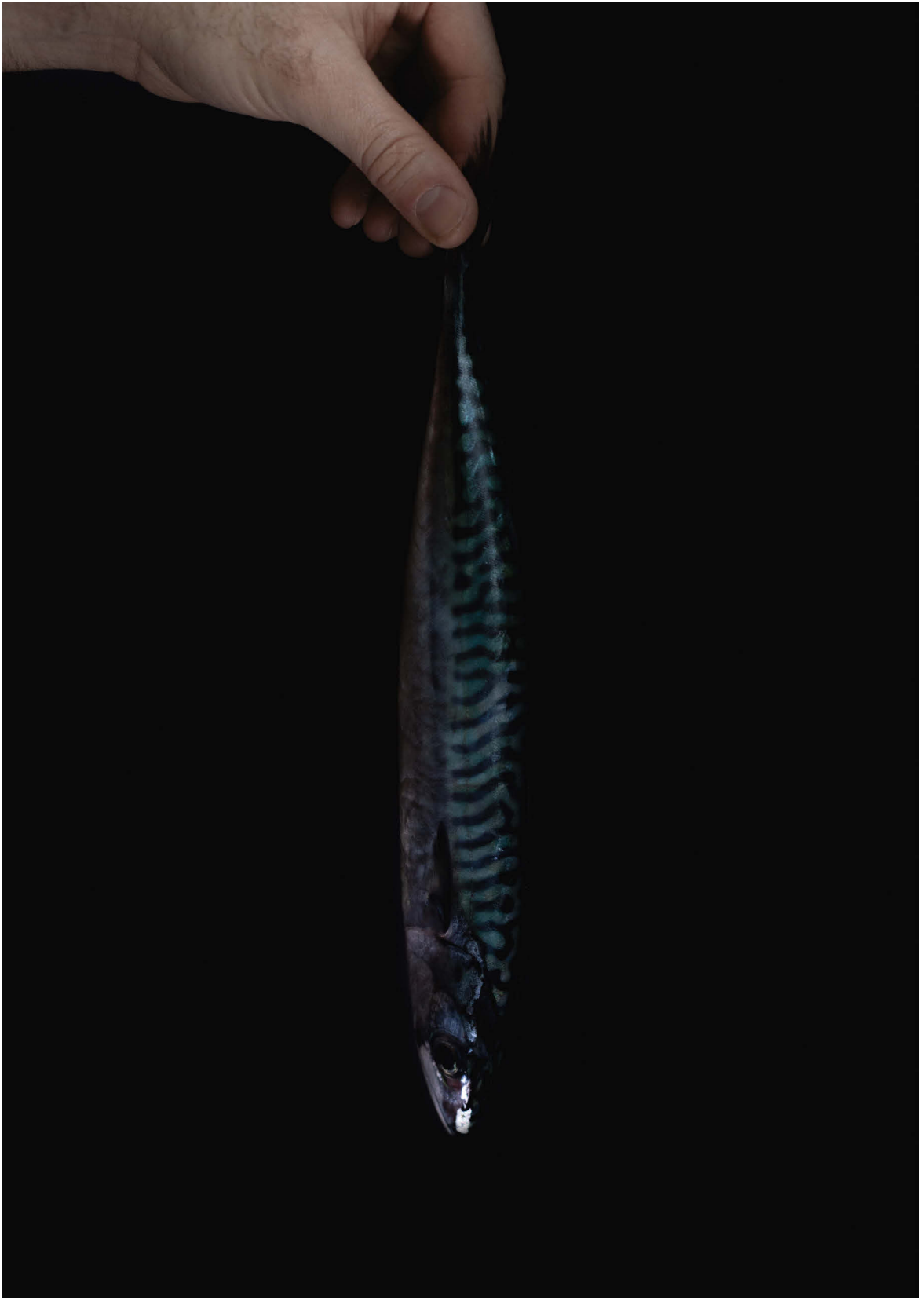
Épluchez, râpez l'igname très finement et ajoutez-le aux maquereaux mixés.

Passez le tout au tamis pour ôter les morceaux puis incorporez la meringue.

Sur du film alimentaire, mettez une couche épaisse de cette préparation puis au centre une cuillerée de crème fermière et quelques œufs de hareng. Refermez le film de manière à former une petite boule dans laquelle se trouvent la crème et les œufs de hareng.

Faites cuire les sphères à la vapeur directement dans leur film pendant 10 minutes à 100 °C. Laissez refroidir avant de retirer le film.







# Pied de cochon, capucine et pulpe vanillée

## Ingrédients

### Pour 4 personnes

4 pieds de cochon

#### *Pulpe de racine de capucine*

200 g de racine de capucine

1 oignon

Huile d'olive

1 gousse de vanille

Sel, poivre

#### *Rouleau de printemps de capucine*

Fleurs et feuilles de capucine

Huile

Vinaigre

Épices

Sel, Poivre

## Pieds de cochon

Disposez les pieds de cochon dans un grand faitout, couvrez d'eau à hauteur et faites cuire environ 4 heures à eau frémissante. Quand ils sont cuits, désossez-les et réservez-les dans une boîte carrée pour arriver à environ 2 cm d'épaisseur. Faites prendre au froid, la gélatine du pied va figer la préparation.

Préparez un jus de pied de cochon bien gras.

## Pulpe de racine de capucine

Épluchez les racines de capucine, coupez-les en morceaux et faites cuire à l'étuvée avec l'oignon émincé. Lorsque les morceaux sont cuits, mixez avec un peu d'huile d'olive puis ajoutez les grains de vanille.

## Rouleau de printemps de capucine

Hachez les fleurs de capucine puis assaisonnez-les à votre convenance.

Mettez les feuilles à plat puis disposez un peu de tartare de fleurs de capucine assaisonné au centre. Roulez comme un rouleau de printemps.

## Dressage

Snackez les pieds de cochon des deux côtés pour apporter du croustillant. Dressez-les avec une quenelle de pulpe de capucine chaude, le jus de pied de cochon corsé et le rouleau de printemps de capucine.

