



Le Questionnaire Choux : Geneviève Sicotte

Quel est votre aliment idéal?

Un vieux proverbe dit que « l'appétit est le meilleur des cuisiniers ». S'ils sont consommés quand on a vraiment faim, des aliments très simples peuvent être les plus savoureux. Mais c'est tellement contextuel... Composons tout de même un petit repas : des olives, des morceaux de poivron rouge, du fromage, un morceau de pain et du vin.

De quel aliment ou de quel contexte alimentaire avez-vous peur?

Manger pour faire plaisir à quelqu'un, par obligation ou par politesse.

Quel mot ou quel concept décrit un système alimentaire admirable?

Un système alimentaire où tout le monde aurait droit au plaisir.

Quel mot ou quel concept empêche un système alimentaire de devenir admirable?

Un des facteurs majeurs, hélas très répandu : la cupidité.

Quelle personne admirez-vous dans le domaine alimentaire?

J'irais vers une nomination plutôt générale qu'individuelle : reconnaître la contribution essentielle des travailleurs saisonniers qui viennent d'Amérique Centrale et d'Amérique du Sud pour cueillir nos récoltes...

Quelle innovation alimentaire tentez-vous d'ignorer?

Je n'aime pas trop les fausses viandes ultra transformées. À long terme, si la chose se réalise vraiment, je ne serais pas encline à consommer de la viande synthétique de laboratoire. Je ne suis pas végétarienne, mais tant qu'à éviter la viande, je trouve plus sain de manger du tofu ou des légumineuses.

Quelle est votre plus grande extravagance gastronomique?

Extravagance financière ou morale? Ou les deux? Il m'est arrivé une fois d'acheter du caviar d'esturgeon du lac Saint-Pierre au Québec ; c'était cher et délicieux. Mais surtout, je pense au sublime foie gras d'oie produit dans la région de la Côte-de-Beaupré. C'est un

*Corresponding author: genevieve.sicotte@concordia.ca

Copyright © 2023 by the Author. Open access under CC-BY-SA license.

DOI: [10.15353/cfs-rcea.v10i3.667](https://doi.org/10.15353/cfs-rcea.v10i3.667)

ISSN: 2292-3071

luxe rare, que nous dégustons une fois par an, pour les Fêtes du Nouvel An.

Quel est, selon vous, l'aliment ou le contexte alimentaire le plus surestimé?

J'ai longtemps aimé manger au restaurant, mais je trouve que l'expérience ne correspond plus à ce que je recherche. La cuisine est souvent très ordinaire et manque d'équilibre, particulièrement de légumes, il est facile de trop manger, et le niveau sonore ne se prête pas à une vraie convivialité.

Quand vous arrive-t-il de feindre la satiété?

Comme beaucoup de femmes, j'ai été longtemps préoccupée par mon poids au point de souffrir de troubles alimentaires. Dans des contextes sociaux, il m'est alors arrivé souvent de faire semblant de ne plus avoir faim pour respecter mon régime. Aujourd'hui, je ne suis heureusement plus dans cette situation. Mais c'est un long apprentissage que d'écouter vraiment son appétit.

Qu'est-ce qui vous déplaît le plus dans une table de salle à manger?

Je n'aime pas les grandes tables de salle à manger qui ne servent jamais. Dans ma maison, je préfère avoir une seule table qu'on utilise pour toutes les occasions.

Quels sont les condiments dont vous abusez?

Je ne me passerais pas de moutarde de Dijon. Mais tous les condiments corsés me plaisent et j'utilise au quotidien l'ail, l'échalote, le gingembre, le piment, le citron. Il y a aussi d'autres produits qui sont toujours

dans mon frigo : sauce soya, sauce de poisson, ketchup, sirop d'érable, câpres, anchois.

Quel type de jardin vous rend le plus heureuse?

J'imagine un jardin qui mêle les comestibles et les fleurs, où une partie des plantes est vivace et où poussent aussi des arbres fruitiers. On entend des insectes, des oiseaux, de l'eau qui coule. C'est un jardin où on peut passer du temps à travailler et à rêver.

Qu'estimez-vous être votre plus grande réussite culinaire?

Cette question, c'est comme demander à un parent de choisir quel est son enfant préféré... J'ai cuisiné il y a presque 20 ans un osso buco gastronomique dont je me souviens encore. Maintenant, je suis peut-être plus satisfaite des confitures que je confectionne tout au long de l'été. Mais le plus important, en fait, c'est que je suis fière d'être capable de cuisiner tous les jours des plats délicieux qui sont variés, très végétaux et sains.

Si vous deviez mourir et revenir sous la forme d'un animal, d'un végétal ou d'un minéral (comestible), que souhaiteriez-vous être?

Je suppose que j'évitais d'être un esturgeon du lac Saint-Pierre ou une oie de la Côte-de-Beaupré... Mais allons du côté du végétal. Je choisirais un petit fruit acide et tonique, qui porte avec lui des effluves de campagne : une framboise, une argouse, une cerise sauvage...

Quel est votre ustensile de cuisine le plus précieux?

Un objet auquel je tiens particulièrement, c'est une lourde cocotte en fonte de grande contenance, qui servait à faire des fèves au lard. Elle a appartenu à ma belle-mère et je l'utilise encore régulièrement, même si elle pèse une tonne et est donc un peu difficile à manipuler.

Quel est, selon vous, le type d'aliment le plus transformé?

J'hésite entre divers choix : les Singles de Kraft, les Pop-Tarts, les Pringles... Ce sont des produits dont on peut se demander s'ils sont encore de la nourriture. Mais il faut aussi penser à des aliments comme le bœuf, les œufs, le maïs ou le soya qui, même s'ils semblent simples et non transformés, sont souvent issus d'une chaîne industrielle qui est aussi problématique.

Quel est votre arôme favori?

Je ne me lasse pas du zeste de citron. C'est un arôme dynamique, vivifiant, puissant sans être dérangeant, et qui peut rehausser tellement d'aliments différents.

Y a-t-il une épice, un ustensile de cuisine ou un livre de recettes que vous utilisez rarement?

J'ai une noix de muscade dans mon armoire aux épices, mais elle doit dater de quelques années... Je l'utilise très occasionnellement, par exemple si je fais un gratin dauphinois, mais je n'aime pas vraiment cette saveur.

Qu'appréciez-vous le plus chez vos amis?

La capacité à s'ouvrir, à montrer ses vulnérabilités.

Qui sont vos chercheurs préférés dans le domaine des études sur l'alimentation?

Je reste influencée par des chercheurs qui ont été des pionniers dans les domaines de la sémiologie et de l'ethnologie : Roland Barthes, Claude Lévi-Strauss, Yvonne Verdier.

Qui est votre héros dans le domaine des médias alimentaires?

Dans les années 1980, l'animateur de télévision Daniel Pinard a contribué de façon décisive à l'évolution de l'alimentation au Québec. Il a rendu la cuisine accessible et a fait découvrir aux Québécois leur patrimoine gastronomique. Bien avant la mode du foodisme, il a incarné un nouveau rapport, pleinement culturel, à l'alimentation.

À quelle cuisine vous identifiez-vous le plus?

La cuisine française reste mon horizon de référence. Même quand je fais mes propres recettes, j'emploie régulièrement les techniques de la cuisine française – par exemple, faire braiser une viande, confectionner une béchamel ou émulsionner une vinaigrette.

Quel est votre sens le plus puissant?

C'est certainement l'odorat! Cette sensibilité me donne beaucoup de plaisir, mais elle peut aussi provoquer de l'inconfort quand des odeurs ambiantes deviennent trop fortes ou désagréables.

Quels sont les mots agricoles, culinaires ou gastronomiques que vous préférez?

J'aime bien les termes techniques : « faire un roux », « singer », « foncer une pâte »... Ça me donne sans doute une impression de compétence!

Que mangeriez-vous pour votre dernier repas?

Pour avoir vécu cela avec des proches, il me semble que cette question (classique) est surestimée. Avant de recevoir l'aide médicale à mourir, ma mère a mangé un petit déjeuner d'hôpital absolument ordinaire et elle était très satisfaite, sauf pour le café. Quant à moi, je pense que j'aimerais mieux ne pas savoir que le repas en question sera le dernier.

Quelle épithète alimentaire vous attribueriez-vous?

Elle a été gourmande.

The Choux Questionnaire: Geneviève Sicotte

What is your idea of a perfect food?

There's an old proverb that says, "Hunger is the best cook." If they are eaten when you are really hungry, very simple foods can be the most delicious. But it's so contextual... In any case, let's put together a little meal: olives, some pieces of red pepper, cheese, a chunk of bread, and some wine.

Of what food or food context are you afraid?

Eating to please someone, out of obligation or politeness.

What word or concept describes an admirable food system?

A food system in which everyone has the right to pleasure.

Quelle question ajouteriez-vous à ce questionnaire?

Quelle est la chose que vous avez mangée qui vous a le plus éloigné de votre zone de confort?

What word or concept prevents many food systems from becoming admirable?

A major factor, sadly very widespread: greed.

Which food person do you most admire?

I would propose a general grouping rather than an individual: recognition of the essential contribution that seasonal workers make when they come from Central and South America to pick our crops...

Which food innovation do you try to ignore?

I don't really like ultra-processed, fake meats. In the long term, if it indeed becomes a reality, I would not be inclined to consume synthetic, lab-grown meat. I'm not

vegetarian, but when I want to avoid meat, I find it better to eat tofu or legumes.

What is your greatest gastronomic extravagance?

Financial or moral extravagance? Or both? I once bought some sturgeon caviar from Lac St-Pierre in Quebec; it was expensive and delicious. But most of all, I think of the sublime goose foie gras produced in the Côte-de-Beaupré region. It's a rare luxury, which we enjoy once a year, to celebrate New Year's Eve.

What do you consider to be the most overrated food or food context?

I have long enjoyed eating out, but I find that the experience no longer provides what I am looking for. The cooking is often very ordinary and lacks balance, particularly in terms of vegetables. It is easy to overeat, and the noise levels do not lend themselves to real conviviality.

On what occasion do you feign satiety?

Like many women, I have long been concerned about my weight, to the point of having eating disorders. In social contexts, in order to stick to my diet, I often pretended I was not hungry. Today, fortunately, I am no longer in this situation. But it's a long learning process to really listen to your appetite.

What do you most dislike about dinner tables?

I don't like big dining room tables that are never used. In my house, we have a single table that is used for all occasions.

Which condiments do you most overuse?

I couldn't do without Dijon mustard. But I like all strong condiments, and I use garlic, shallots, ginger, chili pepper, and lemon every day. There are other products that are also always in my fridge: soy sauce, fish sauce, ketchup, maple syrup, capers, anchovies.

What kinds of gardens make you happiest?

I imagine a garden that mixes edibles and flowers, where some of the plants are perennial and where there are also fruit trees. You can hear insects, birds, and flowing water. It's a garden where you can spend time working and dreaming.

What do you consider your greatest edible achievement?

This is like asking a parent to choose their favourite child... Almost 20 years ago, I cooked a fabulous osso bucco that I still remember. Now, perhaps, I am more satisfied with the jams I make over the summer. But most important, in fact, is my pride in being able to cook delicious dishes every day that are varied, very plant-based, and healthy.

If you were to die and come back as an (edible) animal, vegetable, or mineral, what would you like it to be?

I suppose I would avoid being a sturgeon from Lac St-Pierre or a goose from Côte-de-Beaupré... So let's think plants. I would be a small, bright-tasting, invigorating fruit, one that carries the scents of the countryside: a raspberry, a sea buckthorn, a wild cherry...

What is your most treasured kitchen implement?

One object that I particularly care about is a heavy, large-capacity, cast iron casserole that was long-used to make baked beans. It belonged to my mother-in-law and I still use it regularly, even though it weighs a ton and is a little difficult to handle.

What do you consider to be the most processed kind of food?

I hesitate among a few options: Kraft Singles, Pop-Tarts, Pringles... These are products that make one wonder if they are even food. But you also have to think about foods like beef, eggs, corn, or soy that, even if they seem simple and unprocessed, often come from an industrial chain that is also problematic.

What is your favourite aroma?

I can't get enough of lemon zest. It is a dynamic, invigorating aroma, powerful without being disturbing, and which can enhance so many different foods.

What spice, kitchen implement, or cookbook do you use most rarely?

I have a nutmeg in my spice cabinet, but it must be a few years old... I use it very occasionally, for example if I make a gratin dauphinois, but I don't really like the flavor.

What do you most value in your friends?

The ability to open up, to show one's vulnerabilities.

Who are your favourite food scholars?

I remain influenced by researchers who were pioneers in the fields of semiology and ethnology: Roland Barthes, Claude Lévi-Strauss, Yvonne Verdier.

Who is your hero of food media?

In the 1980s, the television host Daniel Pinard made a decisive contribution to the evolution of food in Quebec. He made cooking accessible and introduced Quebecers to their gastronomic heritage. Long before the fashion of foodism, he embodied a new, fully cultural relationship with food.

With which cuisine do you most identify?

French cuisine remains my reference foodscape. Even when I make my own recipes, I regularly use French cooking techniques—braising meat, making béchamel, or emulsifying a vinaigrette.

What is your most powerful sense?

It's definitely the sense of smell! It gives me a lot of pleasure, but it can also be discomfiting when ambient smells are too strong or unpleasant.

What are your favourite agricultural, culinary, or gastronomic words?

I like technical terms: “making a roux”, “searing”, “line the dough into a pie plate”... They probably give me a feeling of competence!

What would you eat as your last meal?

Having experienced this with loved ones, I find this (classic) question to be overrated. Before receiving medical assistance in dying, my mother ate an absolutely ordinary hospital breakfast and was very satisfied, except for the coffee. As for me, I think I would rather not know that the meal in question is to be my last.

What foodish epitaph would you assign to yourself?

She was a *gourmande*.

What question would you add to this questionnaire?

What have you eaten that took you furthest from your comfort zone?