

Natacha Sagit
42 ans, porteuse du projet **Mon cher Watson**
GSM : +32 470 840 116
e-mail : moncherwatson.contact@gmail.com

Pendant plus de 15 ans, j'ai travaillé en tant que graphiste. Mon métier s'est très vite transformé avec l'arrivée de l'informatique : peu à peu, j'ai eu envie de retrouver un travail manuel, être à nouveau en contact avec la matière, retrouver un processus de fabrication plus concret et plus entier. Mon intérêt pour les métiers de bouche, m'a poussé vers l'apprentissage de la chocolaterie-confiserie et de la fabrication de glaces artisanales. J'ai suivi ces formations à l'EFPME et j'ai passé ces deux diplômes avec succès en 2014. Ces formations ont conforté mon envie de retrouver une activité artisanale, mais la chocolaterie ou la glace ne correspondaient pas exactement à mes convictions d'un point de vue économique et social.

Depuis longtemps, l'idée de créer une conserverie me tenait à cœur, un moyen de travailler dans l'alimentation sans être tributaire des contraintes "classiques" liées à l'aspect périssable des produits traités.

C'est sur cette base que je me suis inscrite au stage de "CoCooking" organisé par le Crédal. Au cours des différents ateliers proposés, j'ai compris qu'il fallait recentrer mon projet. Parmi la dizaine de modes de conservation possibles, j'ai choisi la déshydratation. Respectueuse du produit et pratique dans le stockage, elle permet également de proposer des produits innovants, gustatifs et décoratifs, pour un public très large allant de la gastronomie au particulier.

"Si une tomate c'est de l'eau et du soleil, alors une tomate déshydratée c'est du soleil toute l'année... Aliment'Art Mon cher Watson."

Mon cher Watson est un projet d'entreprise en alimentation durable. Il s'agit d'un atelier de déshydratation à base de fruits, légumes, céréales, graines, noix...

La déshydratation est avant tout un procédé de conservation très efficace. À des températures contrôlées - maximum 47°C -, on exalte les saveurs tout en préservant la valeur nutritive des aliments. C'est le concept du "Raw Food" ou de l'alimentation vivante. La nourriture crue est beaucoup plus riche en nutriments, essentiellement en vitamines, fibres, enzymes et sels minéraux qui seraient en grande partie dégradés à la cuisson. En les préservant, on offre ainsi à notre organisme une alimentation plus riche et plus énergétique.

Ce procédé permet aussi de disposer toute l'année de produits variés dans une démarche respectueuse, sans gaspillage

Je m'engage à m'entourer de fournisseurs respectant les produits de saisons, en circuit court et issus de l'agriculture biologique.

Mon cher Watson propose d'étudier avec les artisans, en fonction de leurs besoins, des produits exclusifs, des recettes sur mesure pour leur enseigne, des produits innovants et originaux tels que :

Les cuirs de fruits et/ou légumes.

il s'agit de purées de fruits ou légumes auxquelles on peut ajouter des épices, des arômes ou toutes autres saveurs. Ces purées sont ensuite déshydratées durant

plusieurs heures afin d'obtenir ce que l'on appelle un cuir, une sorte de feuille fine et souple au goût intense, concentré. Ces cuirs ont une forte valeur ajoutée en terme gustatif, décoratif et nutritionnel, ce qui laisse le champ libre à une grande créativité culinaire, tant au niveau des saveurs qu'au niveau du visuel.

Ces cuirs peuvent être découpés à l'emporte-pièce ou façonnés en petits contenants individuels prêts à remplir selon les envies. Ils peuvent avoir une texture souple ou craquante.

Les "bis-crus".

Je les appelle ainsi pour les opposer aux traditionnels biscuits cuits au four à 180°C. Il s'agit ici d'obtenir des biscuits, à partir de pâtes faites à base de graines que l'on fait sécher. Les graines utilisées sont le plus couramment les graines de lin, de tournesol, de courge, et de sésame. Des amandes, noisettes, noix et noix de cajou sont également requises dans la plupart des recettes. Là encore les graines et les noix contiennent un cocktail nutritif très intéressant, et on leur confère également de grandes vertus pour notre santé. Ce qui fait de ces "bis-crus" un genre de "super food" qui conviendra aussi bien aux sportifs en recherche d'aliments très nutritifs, mais également à quiconque désirant allier alimentation saine et "snacking".

Ces bis-crus peuvent être façonnés en forme de cuillère ou gressin, il ne reste plus qu'à les tremper dans une sauce ou une purée avant de les manger.

Les sables.

Ce sont des poudres de fruits ou de légumes auxquelles il est possible d'ajouter des épices ou des herbes aromatiques. Tout comme les cuirs, ces poudres offrent une concentration des saveurs, une palette de couleurs variées et une longue conservation, tout en gardant au maximum les nutriments. Elles permettent de parfumer une omelette, une vinaigrette, une sauce ou de saupoudrer des salades, une viande etc...

N. B. : Dans un second temps, **Mon cher Watson** voudrait proposer de partager ses outils de conservation avec les particuliers : une conserverie solidaire via la déshydratation couplée à une mise en conditionnement sous vide.

Par exemple, permettre aux personnes ayant un potager privé de pouvoir faire déshydrater leurs petites productions à l'atelier. Proposer à ceux qui voudraient profiter des meilleurs rapports qualité/prix, offerts en pleine saison ou en grande quantité, de faire sécher et/ou de mettre sous-vide leurs produits en petites portions.