

# L'atelier de Valérie : convivialité et gourmandise...

Cela fera presque un an que Valérie Sabatino jongle entre son atelier de cuisine et le restaurant « Le Pastis ». Ouvert avec Lionel Seux en 2005, « le Pastis » s'est fait, petit à petit, une place de choix auprès des amateurs de bonne chair. Désormais, c'est au tour de « L'atelier de Valérie » de se faire reconnaître comme tel. Un lieu dédié à l'apprentissage de la cuisine et de la dégustation. Un espace ouvert sur des produits frais et de saison où Valérie joue le rôle de guide, autant généreuse par sa cuisine que par sa présence...

Née au sein d'une famille sétoise d'origine italienne, amoureuse de bonnes choses et de bons petits plats, c'est vers la création culinaire que se tourne Valérie Sabatino dès son plus jeune âge. Après un Bac pro et un BTS restauration, elle décide d'explorer les techniques des plus grands en voyageant et en travaillant dans plusieurs restaurants. C'est à l'âge de 24 ans, de retour dans sa ville natale, qu'elle inaugure son premier restaurant. Nommé « Les saveurs singulières », Valérie fait rapidement de ce lieu un antre de la gastronomie avec une carte simple et raffinée.

Dix ans plus tard, elle s'essaie à un nouveau challenge celui de gérer des chambres d'hôtes autour d'un restaurant gastronomique. Chef et responsable d'une équipe de 18 personnes, l'aventure se termine rapidement lorsque le lieu est englouti, moins d'un an après sa création, dans les inondations de 2001. Après quelques exercices avec la gestion d'un restaurant à Castelnau-de-Montmirail et de la plage privée « la Voile bleue », le temps d'une saison, Valérie Sabatino reprend confiance en elle et ouvre de nouveau sa propre affaire. Lancé en 2005, « Le Pastis » lui donne l'occasion de laisser libre cours à sa créativité. Elle renoue avec le plaisir de faire son marché tous les matins et d'acheter de bons produits frais. Lui vient alors l'envie d'enseigner sa cuisine, ses techniques, ses recettes.



Une transmission de savoir et de savoir-faire qu'elle met en pratique les samedis matins dans la petite cuisine du restaurant. Face aux demandes de plus en plus importantes, c'est tout naturellement qu'elle décide de chercher un lieu dédié à l'apprentissage de cet art. Une cuisine tournée sur le monde avec ses nombreux plats et spécialités.

Après plusieurs mois de travaux, « L'atelier de Valérie », ouvre ses portes en mai 2008 et peut accueillir une quinzaine de personnes. Assistée de Maryline Hébert, Valérie Sabatino reçoit rapidement l'adhésion de l'office du tourisme qui n'hésite pas à proposer ses services auprès des professionnels et des touristes. Lieu de convivialité et de découverte, les personnes participant à ces ateliers profitent des conseils et des petits secrets du "Chef". Un atelier pédagogique où chacun peut apprendre à découper, préparer, cuire et déguster des mets plus ou moins simples selon la programmation et les souhaits de chacun.

Une autre manière d'exercer un métier qu'elle affectionne particulièrement. Un partage des plaisirs que les habitués retrouvent séances après séances dans une ambiance chaleureuse.

Un amour de la cuisine et de la table partagé entre convivialité et gourmandise aussi bien auprès des adultes que des enfants.

Des moments d'enseignement appréhendés comme un loisir où la récompense se fait directement autour de la table d'hôtes avec la dégustation des plats préparés, avant de pouvoir les partager en famille ou entre amis.

Des ateliers auxquels les intéressés peuvent s'inscrire selon les envies et les bourses (de 22 à 110 euros) sur le site [www.atelier-valerie.com](http://www.atelier-valerie.com)

**L'atelier de Valérie**  
8 rue Durand  
34000 Montpellier  
Tél : 04 67 58 15 22  
[www.atelier-valerie.com](http://www.atelier-valerie.com)