

*Mère ordinaire*

PAR

BIANCA LONGPRÉ

# *Qu'est-ce qu'on mange ?*

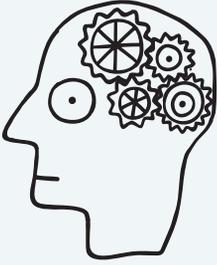


*Recettes  
de la vraie vie pour  
toute la famille*

À tous les parents ordinaires qui,  
jour après jour,  
se font demander:  
« Qu'éssé qu'on mange? »  
Vous n'êtes pas seuls.



*rabioles  
pappardelles  
maniocs  
racine de galanga*



# MA CONTRIBUTION AU LIVRE DE MA BLONDE

Par François Massicotte

Quand ma blonde m'a dit qu'elle voulait concocter un livre de recettes, j'en revenais pas: «Y en a partout, des livres de recettes!»

Ensuite, elle m'a expliqué son concept de partager des recettes de sa communauté avec les lecteurs: j'ai trouvé ça vraiment l'fun. ENFIN, des recettes pas prétentieuses!

On s'entend qu'aujourd'hui, ça parle de cuisine PARTOUT. C'est devenu une vraie joke. Écoute, j'me suis mis à regarder des shows de cuisine parce que c'est JUSTE ça qu'y a à la télé! Les chefs cuisiniers sont partout! Au Québec, la population est de 7 millions et, dans ça, y a 6 millions de chefs!

Ça m'surprendrait même pas que Denis Lévesque commence à cuisiner bientôt. D'après moi, c'est c'qui nous attend...

Y a tellement de chefs pis de nutritionnistes qu'y paraît que d'ici 5 ans, on va être en pénurie de recettes! J'en reviens pas comme y peut y avoir de recettes différentes pour un seul plat. Les pâtés chinois réinventés... c'est beau, là, on a fait le tour.

J'ai dit à ma blonde que ça allait pas être facile d'être originale... En cuisine, y savent plus quoi inventer. J'vous l'dis,

bientôt Ricardo va ouvrir son émission en disant: «Euh... Aujourd'hui, euh... Rien... J'ai... J'ai rien... Ah non, j'ai une idée! Euh, aujourd'hui... raton laveur sur le BBQ avec une canette de bière dans l'cul! Ah non, on l'a fait le mois passé!»

La mode de la bouffe trop intense, ça m'énerve... C'est comme quand y ont sorti les restos de tapas, y a quelques années. Vous savez ce que c'est, les restos à tapas? C'était la grosse affaire... Moi, j'ai jamais compris le *trip*. Tu commandes ta bouffe, la serveuse t'apporte juste une bouchée à la fois... une MINI bouchée à la fois. Finalement, j'ai su que «tapas», c'est le mot espagnol qui veut dire «ASTIK, j'ai faim!».

## LA MODE DE LA BOUFFE TROP INTENSE, ÇA M'ÉNERVE...

Y a aussi eu un souper presque parfait... C'était bon, ça! Mais, d'un autre côté, ça met d'la pression et fait en sorte que tous les soupers doivent être presque parfaits. Plus moyen de recevoir simplement.

Quand on reçoit à la maison, ma blonde est stressée, elle m'envoie avec une liste faire les courses... Mais, des fois, j'sais même pas ce que je cherche. Des rabioles? Quéssé ça? Je vais à l'épicerie ou à la quincaillerie? Chez IGA ou chez Rona?

J'ai 55 ans, et j'sais même pas c'est quoi, des rabioles...

Des pappardelles? C'est quoi, au juste, des pappardelles? Des paparmanes femelles? Des fois, j'aimerais connaître le pourcentage de gens au Québec qui savent c'est quoi des rabioles pis des pappardelles. Sûrement 0,00001 %.

L'autre fois, ma blonde a écrit sur sa liste (sans farce): «des œufs en liberté»...! Aïe, j'les ai-tu cherchés! Deux heures de temps... Finalement, je suis revenu à la maison et je lui ai dit: «Désolé, chérie, les seuls que j'ai trouvés étaient séquestrés dans une boîte!»

M'semble que les œufs blancs et bruns, c'était assez, non? Asteure, y a les œufs en liberté, les œufs bios, les œufs de poules heureuses... Est-ce que c'est moins cher, les œufs de poules en maudit?

Comme ben des gars, j'suis tanné des listes d'épicerie de ma blonde. Pas moyen de faire simple! Ça ne prend pas du pain blanc... Ben non, trop facile. La Mère Ordinaire veut du pain 12 grains. Voir que je vais commencer à chercher dans les 45 sortes de pain. L'autre jour, j'ai acheté deux pains 6 grains. Comme ça, elle aura juste besoin de se faire

## J'AIME LA BOUFFE PAS COMPLIQUÉE.

deux toasts pour les avoir, ses 12 grains, maudine!

J'aime la bouffe pas compliquée. C'est ça que j'aime avec son livre: c'est que c'est de la «vraie» bouffe comme je suis habitué à manger depuis que j'suis jeune.

Tsé les affaires qu'y faut pas manger de gluten, c'est quoi c'te niaiserie, j'savais pas que j'en mangeais, pis là, faudrait plus que j'en mange?!

J'sais même pas c'est quoi, du gluten. Un de mes chums est arrivé avec des biscuits sans gluten, l'autre jour. Y m'en a donné un, j'y ai goûté... et j'y ai dit: «Ha ha ha, t'es drôle, t'as découpé le biscuit sur la boîte, pis tu me l'as donné... maudit fou!»

Y a aussi toutes les nouvelles modes et tendances alimentaires: bio, végétalien, végétarien, etc. L'autre soir, j'mangeais du veau au resto, pis une amie de ma blonde, qui est végétarienne, m'a dit: «Comment tu fais pour manger du veau? C'est un bébé vache!» J'ai perdu patience: «Hey, toi, tu manges ben des bébés carottes!»

Non, mais... Je suis heureux que ma blonde écrive ce livre. Ça va décomplexer la cuisine. C'est une bonne idée d'avoir des recettes de mères pour des mères. Pis on s'entend que ça va me servir à moi aussi. Y était temps que j'trouve un livre avec des expressions que j'ai pas besoin de googler!

*Oliver*



# L'histoire derrière « Qu'essé qu'on mange pour souper ? »

Depuis que j'suis maman, j'ai l'impression d'être tout l'temps dans cuisine. J'me suis dit que j'devais pas être la seule... J'passais aussi pas mal de temps à chercher des recettes sur Internet, sans jamais savoir si ça valait la peine d'les essayer, si ça allait être bon.

Quand j'ouvrais des livres de recettes, c'était tout l'temps compliqué. Comme si la cuisine était une science complexe. Ça m'a souvent découragée. Le feeling que t'as quand tu vois une bonne recette, mais qu'y t'manque 4 ingrédients sur 10... Ça part mal en

maudine. Devoir tout le temps acheter de nouveaux ingrédients dont j'allais me servir juste une fois, j'trouvais ça poche.

Quand j'avais des questions au sujet d'un aliment ou que j'avais besoin d'idées de recettes, j'savais pas trop où chercher et vers qui me tourner.

À ce moment-là, ma page Mère Ordinaire avait déjà plus de 250 000 membres. J'ai donc pensé partir une communauté du même genre que Mère Ordinaire, mais pour la cuisine. J'me disais qu'y a rien comme des mères pour s'échanger des trucs, recettes et conseils sur ce sujet-là.

Tannée d'entendre la christie de question: « Maman, c'est quoi qu'on mange pour souper ? », j'ai décidé de créer un groupe de cuisine sur Facebook et de le nommer comme cette éternelle question: « Qu'essé qu'on mange pour souper ? » En quelques jours, des milliers de mères s'y sont abonnées et les suggestions de recettes se sont mises à pleuvoir sur le groupe. Maintenant, je peux dire que je ne suis plus seule dans ma cuisine.



# Mère ordinaire

par Bianca Longpré

Modifier

Groupe de Mère ordinaire par Bianca Longpré

## Qu'est-ce qu'on mange pour souper? >

Groupe (Public) · 196,2 K membres

Gérer

Inviter

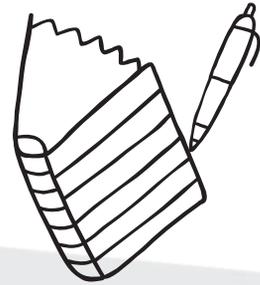
À la une

Sujets

Photos

Fichiers

Qu...



Annie Beaupre

14 h · 🌐

Je reçois samedi et nous serons 12, avez vous des idées de souper simple mais délicieux ? Je ne veux pas laisser mes invités se servir eux-mêmes 😊

8

99 commentaires



Isabelle Nadeau

5 h · 🌐

Ce soir, je fais un petit test avec mes enfants. Nous allons manger du tataki de thon avec de la salade. 🍷👍 J'espère qu'ils vont aimer.



# *Amour de la cuisine ordinaire*

Cuisiner pour une famille, ça peut devenir assez épuisant : déjeuner, lunch, souper, pis on r'commence jour après jour. Un millier de repas et de lunches par année, c'pas rien. En plus, depuis la dernière décennie, on s'fait bombarder dans les médias par des chefs et des nutritionnistes qui nous disent quoi manger, comment l'manger, quand l'manger, quoi boire... C't'à devenir folle.

Comme si manger simplement, ça n'existait plus. C'tu moi ou en 1990, on voyait pas mal moins d'monde ouvrir un livre pour faire une recette? Y en avait pas de stress pour cuisiner. Ma mère y allait avec c'qu'elle avait. On n'allait pas à l'épicerie chaque jour.

Aujourd'hui, on a cette pression d'être su'à coche à chaque repas, sinon on a l'impression de pas être un bon parent. Faut qu'ce soit santé, mais pas trop pour pas écœurer nos enfants avec des affaires granos. Faut acheter santé, bio, éthique, local, mais j'ai pas 1000\$ par semaine à mettre sur l'épicerie. Juste trouver une recette que tout l'monde aime, c'est d'la job.

Quand t'ouvres un livre de recettes, on dirait que les gens qui l'ont écrit ont une épicerie au complet dans leur garde-manger. Les trois quarts du

temps, je n'ai pas c'qu'y faut pour une recette complète.

Après être devenue mère, j'ai eu envie du retour à la cuisine ordinaire. La cuisine qu'on fait sans stress. Celle où on capote pas pour 2 cuillères manquantes de sriracha. La cuisine qu'on fait sans s'demander si y a trop d'sel ou d'cholestérol. J'ai envie d'cuisiner des recettes simples, des recettes que mes enfants vont aimer. Même quand y a d'la visite, j'ai pas l'goût que ça m'prenne deux jours pour cuisiner et de stresser par peur que mes invités n'aiment pas ma bouffe.

C'pas que j'veux retourner dans les années 1980 ou 1990, no way! Ça

*J'aime quand, sur mon  
groupe, une maman  
partage une recette que  
ses enfants ont aimée...*

*J'ai l'impression que  
quelque chose me lie à  
cette maman à l'autre  
bout du Québec.*

# Table des matières

MA CONTRIBUTION		LES SECRETS DE VOS SAUCES À SPAG . . .	92
AU LIVRE DE MA BLONDE . . . . .	9	IDÉES POUR APPRÊTER SON POISSON . .	102
L'HISTOIRE DERRIÈRE « QUÉSSÉ QU'ON MANGE POUR SOUPER ? » . . . . .	12	<b>J'AI TOUT L'TEMPS FAIM . . . . .</b>	<b>111</b>
AMOUR DE LA CUISINE ORDINAIRE . . . . .	14	CUISINER POUR ÊTRE UNE BONNE MÈRE . . . . .	112
PRÉSENTATION DES MEMBRES DE LA FAMILLE . . . . .	16	VOS MEILLEURES TREMPETTES . . . . .	114
AVERTISSEMENT . . . . .	24	SNACKS SUCRÉS . . . . .	116
<b>LES DEUX YEUX DANS L'MÊME TROU . . . . .</b>	<b>27</b>	SNACKS DE SOIRÉE . . . . .	122
IDÉES EN VRAC DE DÉJEUNERS . . . . .	38	<b>RUSH DE SUCRE . . . . .</b>	<b>129</b>
ROUTINE HEBDO . . . . .	40	OCCUPER LES ENFANTS QUAND ON CUISINE . . . . .	133
<b>AVANT L'COUP D'BARRE . . . . .</b>	<b>47</b>	<b>DANS L'TEMPS . . . . .</b>	<b>145</b>
LES OUTILS DE CUISINE . . . . .	48	PASSION NAPPES . . . . .	147
LES SALADES RAPIDES DE BIANCA . . . . .	50	RECETTES RÉTRO, VERSION « AMÉLIORÉE » . . . . .	154
LE FAMEUX POULET TOUT CUIT . . . . .	70	DOUX SOUVENIR DE NOËL : HISTOIRE D'UNE DINDE! . . . . .	161
BLANCHIR . . . . .	75	VOS RECETTES « VINTAGE ». . . . .	166
APPRENDRE À CUISINER EN FAMILLE, UN CADEAU POUR LA VIE . . . . .	76	LISTE DES RECETTES . . . . .	168
<b>ENCORE LE SOUPER ? . . . . .</b>	<b>81</b>	REMERCIEMENTS . . . . .	171
AMOUR DU BBQ . . . . .	83		
VOS P'TITS SECRETS POUR UN BON MAC & CHEESE . . . . .	85		