Cooking contests

Winning advice • Conseils gagnants

Concours de cuisine

Bocuse d'Or
Winners

Contents
Sommaire

Merci Monsieur Paul

Preface 7
Préface

Prologue 9
Prologue

Competing to push your limits 10
Concourir pour repousser des limites

A contest primarily for oneself 18
Un concours d'abord pour soi-même

What profile? 20
Quel profil ?

A competitor, a support network 27
Un concurrent, un entourage

Commis chef 34
Commis

Theme and regulations first 42
Thème et règlement avant tout

Creation, creativity 46
Création, créativité

When the eyes taste 68
Quand les yeux goûtent

Nose then mouth 78
Le nez puis la bouche

And what about technique in all that? 90
Et la technique dans tout ça ?

The chronometer 100
Le chronomètre

Method 106
Méthode

In a coach's shoes 112
Dans la peau d'un coach

Tasting: conversation with a jury member 120
Dégustation : à table avec un membre de jury

The kitchen jury 134
Le jury cuisine

Stress 142
Le stress

Victory or non-victory? 148
Victoire ou non-victoire ?

Must-have basic advice 156
Les grands conseils de base

Planet contest: a few leads 164
Planète concours ; quelques pistes

Competing in the feminine 176
Concourir au féminin

Smile, you're on TV! 182
Souriez, vous êtes filmé !

Handicap and competition 190
Handicap et concours

Babyloan 196
Babyloan

Thanks and photo credits 200
Remerciements et crédits photos

A portrait of the "perfect" candidate in a culinary competition.

It may seem obvious, but it's good to underline it: you need the DNA of a competitor.

Whether the contest you are entering is a "small" or a "big" one, the path is always more arduous than you imagined at the start, and you shouldn't approach it just saying: "I'll give it a try, we'll see..." You must get it into your head that you want to win. Next, you have to be realistic: there are only three places on a podium, and you will definitely be coming across people better than you. But the "driving force" should propel you to the top.

Having experience in a sports competition is inevitably an advantage. Most of the Bocuse d'Or winners are sports enthusiasts, and many of them have also competed in the worlds of skiing, golf, cycling, triathlon, etc. They explain that they switched their taste for competition to cooking. Competing in the Bocuse d'Or is a bit like running a marathon over several months and then doing a five-hour final sprint! But even for simpler contests, that experience always proves to be an asset.

Maturity is important: being mature enough for the level of contest you have chosen. Many people compare culinary contests to climbing a mountain. Ask yourself the following questions, listed by Serge Vieira: "Am I mature enough to tackle Mont Blanc? Do I have the right equipment? The experience? The know-how? The cooking ability? The stability? The physical fitness? The right support network? The necessary time...? Or should I be content for now with the Puy Mary in the Cantal?" Setting yourself challenges and pushing your limits is a good thing, but not thinking it through can lead to pointless and crushing failures.

Quel profil ?

Portrait-robot du « parfait » candidat à une compétition culinaire

Cela paraît évident, mais il est bon de le souligner : il faut un ADN de compétiteur.

Que le concours auquel on s'attaque soit un « petit » ou un « gros » concours, le chemin est toujours plus ardu qu'on l'imagine au départ, et on ne doit pas l'aborder en disant simplement : « Je vais tenter, et on verra… » Il faut se mettre en tête qu'on veut gagner. Ensuite, il faut être réaliste : il n'y a que trois places sur un podium, et on se heurtera certainement à meilleur que soi. Mais le moteur doit propulser vers le haut.

Avoir une expérience de compétition sportive est forcément un avantage. Les lauréats du Bocuse d'Or sont majoritairement des sportifs, dont beaucoup ont aussi concouru en ski, golf, cyclisme, triathlon, etc. Ils expliquent avoir transféré leur goût de la compétition à la cuisine. Concourir au Bocuse d'Or, c'est un peu comme courir un marathon sur plusieurs mois et faire un sprint final de cinq heures ! Mais même pour des concours plus simples, cette expérience s'avère toujours un atout.

La maturité est importante : être mûr pour le niveau de concours que l'on choisit. Beaucoup comparent les compétitions culinaires au fait d'escalader une montagne. Se posent les questions suivantes, listées par Serge Vieira : « Suis-je mûr pour attaquer le mont Blanc ? Ai-je le bon matériel ? L'expérience ? Le savoir-faire ? La capacité à cuisiner ? La stabilité ? La forme physique ? L'entourage adapté ? Le temps nécessaire… ? Ou bien dois-je me contenter pour l'instant du Puy Mary dans le Cantal ? » Il est bon de se fixer des défis et de repousser ses limites, mais l'inconscience peut mener à des échecs cuisants inutiles.