

télé spécial cuisine

# 7 JOURS JEUX

3€  
80

Octobre  
Novembre  
2025  
132 pages

FORCES 1 2 3 4

des niveaux pour tous

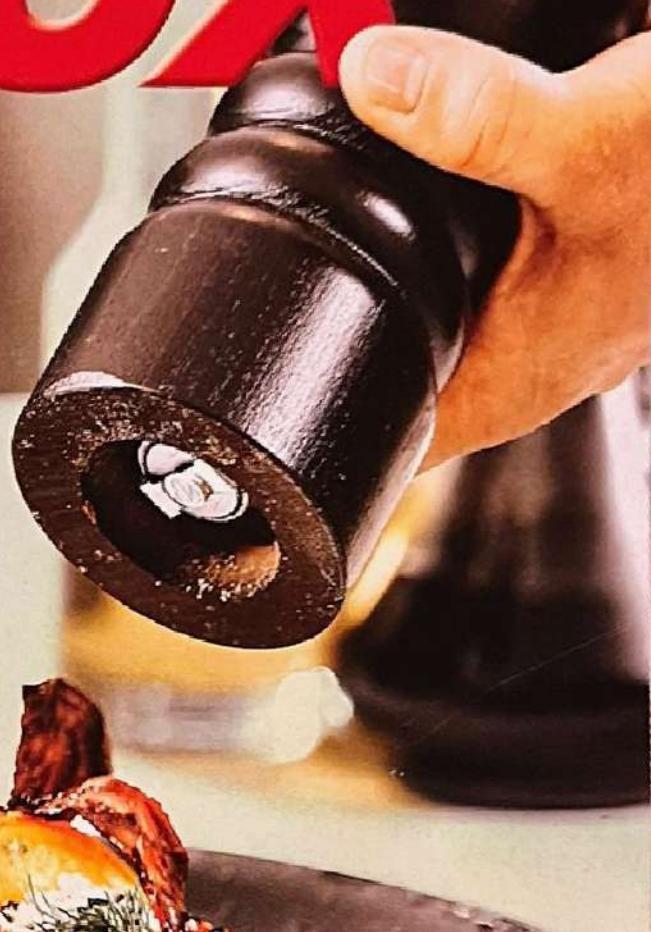


MERCOTTE  
ÊTRE PÂTISSIER,  
C'EST FAIRE  
PLAISIR

CHIPS,  
CHAMPAGNE,  
BLEU...  
TOUS MÉS PAR ACCIDENT !



MICHEL CYMES  
UN VÉRITABLE CHEF !

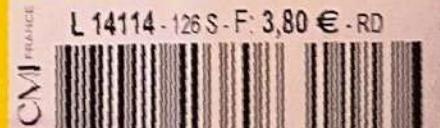


GAGNEZ

1 robot  
Moulinex

3 friteuses  
Ninja Air Fryer

MOTS FLÉCHÉS  
CROISÉS - CODÉS - MYSTÉRIEUX - PLACÉS - SUDOKU...



## TOUT COMME IL FAUT

Savoir mettre le couvert, placer ses hôtes à table,  
faire du repas un instant élégant...

# RECEVOIR « À LA FRANÇAISE », C'EST TOUT UN ART !

Ancrées dans notre tradition séculaire, les règles de l'art de la table et du bien recevoir nous sont rappelées par France de Heere, coach et fondatrice de l'Atelier du Savoir-Vivre à Versailles (Yvelines). Par Aline Astier



### Comment définiriez-vous l'art de recevoir ?

France de Heere : Le repas est un temps de partage, de plaisir et si l'on y ajoute une touche d'élegance, le moment sera beau et bon ! On cherche l'harmonie dans les arts de la table.

### Comment bien dresser une table « à la française » ?

F.H. : Cela suit une logique simple et pratique. Les couverts sont disposés en fonction de l'ordre d'arrivée des plats, fourchettes à gauche et couteaux à droite. On commence par ceux à l'extérieur pour l'entrée, puis on avance vers l'intérieur pour les plats principaux. Les couverts à dessert se placent au-dessus de l'assiette, ou ils sont apportés au moment du dessert. Concernant les verres, ils sont disposés en ligne, au-dessus de l'assiette. Le verre à eau est placé devant, le verre à vin rouge juste à droite et, s'il y a un verre à vin blanc, il vient à droite de celui du vin rouge. La flûte à champagne se met à gauche du verre à eau, un peu en retrait.



dans l'histoire et les habitudes des rois et de la noblesse. Sous Louis XIV, on ne mangeait pas dans une salle à manger. Les repas se prenaient dans différentes pièces du château. La table était improvisée : on installait des tréteaux et des planches que l'on recouvrait d'une nappe. Cette pratique est d'ailleurs à l'origine de

### ET ENCORE...

Il est important de bien tenir ses couverts et de les utiliser avec distinction. On amène la fourchette à la bouche et non l'inverse ; on ne penche pas la tête vers l'assiette, cela peut donner une impression de manque de maintien. La règle qui dit qu'il ne faut pas mettre ses coudes à table est toujours valable, surtout quand on mange. Mais entre deux plats, il est toléré de poser un coude sur la table...



homme à sa droite et un autre à sa gauche, tandis que l'hôte aura une femme de chaque côté. Le statut ou la qualité de vos invités joue un rôle dans leur placement. Les personnes âgées, les personnalités importantes ou celles venant pour la première fois doivent être installées à des places d'honneur. Il est courant de ne pas séparer les couples mariés ou fiancés pendant la première année de leur union.

### Y a-t-il des règles de langage à respecter ?

F.H. : Aujourd'hui, la plupart des Français utilisent l'expression « bon appétit » pour signifier que les convives peuvent commencer à manger. Or « bon appétit » fait directement référence au corps, à la digestion, ce qui peut être perçu comme inapproprié. Souhaiter une bonne digestion, qui sous-entend un bon transit, est une idée qui ne correspond pas toujours aux normes de politesse les plus raffinées.



l'expression « dresser une table ». Sous Louis XV, les choses ont changé. Il a décidé de consacrer une pièce entière au repas : la salle à manger. La table devient permanente, toujours habillée d'une belle nappe. C'est à ce moment-là que les règles du dressage de la table à la française se sont affirmées, notamment la disposition des couverts.

### Comment dispose-t-on les couverts ?

F.H. : En France, les dents des fourchettes et le creux des cuillères sont tournés vers la table. Pour deux raisons. Premièrement, comme la table était habillée d'une nappe, tourner les piques et le creux des couverts vers le bas offrait une harmonie visuelle. Deuxièmement, il y a l'aspect symbolique. Le repas est considéré comme un

### Où place-t-on le pain et la serviette ?

F.H. : Par tradition, le pain est disposé à gauche, au-dessus de la fourchette. Lors des repas formels, il peut être servi sur une petite assiette à pain. Quant à la serviette, elle se place soit à gauche des fourchettes, soit directement sur l'assiette. Elle contribue à l'élegance de la présentation de l'ensemble.

### Comment installer ses invités ?

F.H. : Le placement suit certaines règles de bienséance, qui ont toutes pour but de créer une atmosphère harmonieuse. Traditionnellement, l'étiquette veut que les invités d'honneur soient placés à la droite et à la gauche des hôtes, en alternant entre hommes et femmes. L'invité d'honneur numéro un est placé à la droite de l'hôtesse, ou de l'hôte s'il n'y en a qu'un. À gauche se trouve l'invité d'honneur numéro deux. Cette règle permet aux hôtes d'accorder une attention particulière à ces invités privilégiés. Si vous recevez avec votre conjoint, l'hôtesse de maison aura un



## À LA TABLE D'EMMANUELLE !

L'ancienne animatrice de Maison à vendre sur M6 publie un livre consacré à l'art de recevoir. Emmanuelle Rivassoux nous livre mille et un conseils pratiques pour « embellir » votre intérieur ou votre jardin, à l'heure de l'apéro ; que ce soit pour la déco, les fleurs, la playlist ou encore l'éclairage, elle vous livre ses secrets pour créer des instants magiques et ne pas commettre d'erreurs à table ! L'Art de recevoir, par Emmanuelle Rivassoux, éd. Leduc, 19,90 €.

Voir adresses p. 125