

2005-06-02 "Connexions Affaires Outaouais" et "Le Régional Hull-Aylmer"

SOSCuisine à la rescousse ! Pour une alimentation saine et planifiée

Marie-Eve Bouchard
bouchardme@transcontinental.ca

Si comme bien des gens, la préparation des repas de la semaine ressemble davantage à un parcours contre la montre, le site Internet SOS Cuisine (www.soscuisine.com) peut s'avérer la solution à ces maux de tête. Grâce à ses menus équilibrés, expédiés chaque semaine, SOS Cuisine vient donner un coup de pouce appréciable et savoureux!

SOS Cuisine est d'abord né d'une observation du marché alimentaire. «Quand il s'agit de faire des choix alimentaires adéquats, nous sommes comme des analphabètes, estime Pierre Lamontagne, un de créateurs et responsable du marketing. Et je m'inclus dans cette affirmation! Même si l'on sait que qualité alimentaire rime avec qualité de vie.»

Étant lui-même dépourvu devant la préparation de ses repas quotidiens, M. Lamontagne et quelques complices ont songé à mettre sur pied un site Internet accessible, donc gratuit, qui composerait à la fois des menus équilibrés et variés de trois services pour les cinq jours de la semaine, tout en y rattachant des recettes, un plan d'exécution, une liste d'épicerie et même un glossaire. «Un service de très haute qualité pour les gens occupés», lance Pierre Lamontagne.

Simplicité, économie et fraîcheur

«Pas besoin d'être un expert pour pouvoir cuisiner avec notre site, suffit simplement de prendre le temps. Quelqu'un qui n'est pas expert en cuisine, ce qui est d'ailleurs mon cas, peut très bien réussir à tout coup avec SOS Cuisine en suivant à la lettre nos recettes», affirme le gestionnaire. Et ce, en moins de 30 minutes par jour derrière les chaudrons, garantit le site.

Autre avantage intéressant, la possibilité de personnaliser son menu SOS Cuisine. Ainsi dès l'inscription au site, l'utilisateur est invité à créer son profil alimentaire (omnivore, semi, pesco ou lacto-ovo-végétarien, cachère, halal), inclut ses exclusions ou allergies alimentaires, de même que le nombre de portions désirées. Ce qui permet généralement de préparer un repas qui plaira à toute la famille sans gaspillage.

Afin d'assurer un contenu de qualité et surtout santé, l'équipe SOS Cuisine se compose notamment d'une nutritionniste, d'un chef de l'Institut en technique hôtelière du Québec et bien sûr, d'informaticiens. «Chaque recette est testée individuellement et ajustée selon le nombre de portions désirées. Un nombre qui peut être changé si de la visite se présente à l'improviste. Nous garantissons nos recettes qui ont un taux de réussite voisinant le 100%», croit le responsable du marketing, qui précise que SOS Cuisine est loin d'être un autre site de recettes.

Pour l'élaboration de ses recettes, SOS Cuisine tient également à cuisiner avec des produits les plus frais possibles. «Donc, on ne retrouve pas de recettes avec des fraises en janvier, parce qu'elles sont difficiles à trouver. Nous respectons donc beaucoup l'arrivage des produits de saison et aussi nous surveillons les spéciaux des circulaires dans l'élaboration de nos menus», confirme M. Lamontagne.

Plus qu'un site de recettes

Avant de lancer SOS Cuisine, l'équipe a longuement travaillé à l'élaboration du site notamment avec un public testeur composé d'une centaine de personnes. Lancé le 19 mars dernier, lors de l'exposition Manger Santé à Montréal, le site compte aujourd'hui quelque milliers de membres, tous recrutés surtout par la bonne vieille méthode du bouche-à-oreille.

C'est d'ailleurs sur l'abonnement de plus en plus d'utilisateurs que SOS Cuisine compte y faire son profit. «Plus il y aura d'abonnés, plus les grossistes auront de la demande pour des produits précis. Ce sera donc à leur avantage de nous offrir d'inclure un produit vedette ou un gros arrivage dans nos recettes. Sans oublier la publicité sur notre site, précise Pierre Lamontagne. Nous pouvons également servir d'outil de marketing pour de petits producteurs en préparant un lancement de leurs produits avec nos abonnés et en fournissant des recettes avec leurs produits.»

Si l'ajout d'un plus grand nombre d'abonnés est l'objectif numéro un du site, M. Lamontagne et ses acolytes espèrent également créer un club d'achat qui permettrait aux utilisateurs de bénéficier d'économies uniques.

«Nous souhaitons également à court terme inclure le coût de nos recettes de même que leur valeur nutritive. Puis, aussi les spéciaux des circulaires pour permettre à nos utilisateurs d'économiser davantage», énumère Pierre Lamontagne.