

## CE QU'ILS EN PENSENT

« Nous travaillons tous les deux et les enfants font du sport ; alors à l'heure du souper, on est pressé. Grâce à SOS-Cuisine, au lieu de manger des repas congelés, on peut cuisiner un bon repas en moins de 30 minutes. On a découvert plein de mets comme une soupe froide aux tomates, que mes enfants ont bien aimée. La semaine dernière, on a essayé un dessert à l'ananas martiniquais et

cette semaine, on a hâte d'essayer la crème caramel. Depuis que je suis abonnée, je suis contente. »

— **Marie-Claude Savard, Québec**

« Nous sommes une grosse famille reconstituée (6 à table parfois) et les fins de semaine je dois faire pas mal de bouffe. Comme on ne veut pas acheter tout fait, les menus SOS Cuisine viennent à notre rescousse. C'est varié, facile à

faire et ça donne plein d'idées. On a découvert de très bonnes recettes. »

— **Michel Crête, Saint-Hyacinthe**

« Ce que j'aime de ce service, c'est que je me sens comme si quelqu'un s'occupait de moi à distance, comme si j'avais un majordome. Je l'apprécie d'autant plus que je vis seule et que manger devenait ennuyeux. De plus, la préparation des recettes n'est pas longue. »

— **Marthe Riendeau, Verdun**



# ALIMENTATION SOS Cuisine

## Des recettes rapides via Internet

**Cinzia Cuneo s'est toujours intéressée à la cuisine, une passion qui l'a amenée à mettre sur pied SOS Cuisine, un site Internet pour ceux qui veulent bien s'alimenter et concocter un repas en moins de 30 minutes.**



MONIQUE  
**GIRARD-SOLOMITA**  
Le Journal de Montréal

Depuis février 2004, SOS Cuisine.com propose des menus visant à concilier équilibre nutritif, plaisir gustatif, variété. Les recettes proposées sont à la fois économiques et faciles à exécuter.

L'inscription à ce service est gratuite. Les membres reçoivent chaque

jeudi des menus conçus en fonction de leurs préférences alimentaires et du nombre de convives (de 1 à 8).

On vous demande d'ailleurs, au moment de l'inscription, votre profil alimentaire : omnivore, végétarien, intolérant au gluten ou aux fruits de mer, etc.

Pour réaliser ces menus, les membres reçoivent les recettes, la liste d'épicerie correspondante et un guide d'exécution.

« J'ai passé un an à développer l'outil et je l'ai fait tester par une centaine de familles », explique la fondatrice de SOS-Cuisine. Incidemment, c'est elle qui élabore les recettes.

Pourtant, Cinzia Cuneo n'est pas chef cuisinier. Elle possède une formation d'ingénieur chimiste (Turin) avec maîtrise

de l'École Polytechnique de Montréal. Elle a travaillé chez Nortel de 1995 à 2004 en tant que directrice, Qualité et directrice, Approvisionnement. Tout cela pour revenir à ses premières amours, la cuisine.

M<sup>me</sup> Cuneo a beaucoup voyagé. Elle a vécu aux États-Unis. Son père est d'origine italienne, sa mère est née en Inde et sa famille a résidé en Angleterre. Une de ses belles-sœurs est suédoise et une autre, thaïlandaise.

### 8 500 personnes inscrites

Elle nous refile donc toutes ces influences dans des recettes élaborées au gré des saisons et des arrivages.

SOSCuisine emploie trois jeunes informaticiens, une nutritionniste et un chef. Jusqu'à présent, 8500 personnes se sont inscrites à ce service.

« On a besoin de se faire connaître car pour le moment, c'est du bouche à oreille.

Les gens le disent à leurs amis », précise la fondatrice de cette jeune PME montréalaise qui constate que les membres les plus fidèles sont... des hommes.

Pour prendre un nouvel essor et aussi générer des revenus avec son concept, Cinzia Cuneo entend proposer un service à valeur ajoutée pour ses membres, soit des diètes spéciales pour les diabétiques, etc.

On peut d'ores et déjà parier que SOS-Cuisine n'a pas fini de prendre de l'expansion.

■ L'inscription à SOS Cuisine.com est gratuite. Chaque membre a son mot de passe et reçoit un menu complet pour cinq soirs de la semaine.

■ Les recettes sont fournies ainsi que la liste d'épicerie correspondante.

[mgsolomita@journalmt.com](mailto:mgsolomita@journalmt.com)



■ **Cinzia Cuneo, la femme derrière SOS Cuisine.**

PHOTO PASCAL RATTHE