

# Eric Prowalski, cuisinier de l'intime conviction

12 NOVEMBRE 2021



FRANCK PINAY-RABARDOUST

**Sur les hauteurs du lac d'Annecy, le chef Eric Prowalski trace sa voie. Plus discret que ces confrères et voisins multi-étoilés, il avance à son rythme, entre introspection personnelle et réflexion sur sa cuisine. En 2021, il recevait une première étoile au guide Michelin, validant ainsi ses partis pris culinaires. Portrait d'un chef qui fait rimer vie personnelle et cuisine, en toute intimité.**



Peut-être est-ça un chef moderne. On s'apprête à causer cuisine et casseroles et lui nous parle bien-être, introspection et méditation. Au sujet cher de la maturation de la viande ou du poisson, Eric Prowalski attaque d'emblée sur sa maturité. Incontestablement, l'interview sera plus intime et personnelle que popotes, mais qu'importe. Finalement, un chef, c'est avant tout un concentré d'intime livré tout chaud, midi et soir. Et là, monsieur est servi. « Pendant de longues années, je ne parvenais pas à être heureux, à me sentir 'moi'. Je n'arrivais pas à savoir qui j'étais vraiment, alors forcément ma cuisine, je la cherchais également » explique Eric Prowalski, 44 ans, doté d'une franchise désarmante. Pendant quelques années, ça tâtonne sec dans sa tête, le nez dans le guidon et l'identité culinaire dans les talons. Deux rencontres changent la donne. Une, très humaine, avec l'apnériste Stéphane Tourreau, qui le fit plonger, au sens propre, dans l'introspection. Une autre, plus spirituelle, avec la méditation. « Un matin, j'aperçois un cours de méditation qui se déroule aux Trésons. Je me joins au groupe et je découvre alors quelque chose d'extraordinairement fort. Pendant deux ans, j'y suis allé tous les jours, cela m'a profondément aidé. Depuis, je médite avant chaque service, j'évacue le stress et mon comportement global a changé. » Autre découverte, l'importance de l'eau. « La méditation m'a fait comprendre que l'élément liquide joue un rôle central dans ma vie. Originaire du bassin d'Arcachon, je sais que ce n'est pas un hasard si je m'épanouis en cuisine face au lac d'Annecy. Ce lac, je le touche quasiment chaque jour, et rare sont les périodes de l'année où je ne m'y baigne pas. J'ai besoin de lui. » Mystique le garçon ? Même pas, bien au contraire : « J'ai simplement fait tomber les barrières qui m'empêchaient d'être moi. Avant, j'étais un grand timide, pétri de peurs et de doutes ; forcément, je n'osais pas aller voir le client. Je restais dans le couloir à attendre qu'il passe pour le saluer. Désormais, je sais pourquoi je fais ce métier. »

« Chaque soir, après le service, je me lamentais... »

*Eric Prowalski*

Ce métier, il l'a appris auprès de quelques « grands » comme on dit. Jean-Marie Amat du côté du Saint-James (Bouliac), Philippe Etchebest au Grand-Barrail (Saint-Émilion) puis c'est la grande aventure parisienne chez Alain Solivères qui veille alors aux destinées des Elysées du Vernet et de ses deux étoiles au Michelin. « La veille de mes débuts, j'appelle le chef pour lui demander à quelle heure je commence. Il me répond 'six heures du matin' ; je me dis que ça fait tôt pour démarrer en cuisine. En fait, je comprends le lendemain matin que je suis à la boulangerie. Je n'avais jamais touché à cet

## PORTRAITS



**Eric Prowalski, cuisinier de l'intime conviction**

12 NOVEMBRE 2021



**Julie Chaix, la discrète des Baux**

12 NOVEMBRE 2021



**Julien Moray, pâtissier chimiquement pur**

5 OCTOBRE 2021



**Mory Sacko, la décontraction du grand**

30 SEPTEMBRE 2021



**Marie-Pierre Troisgros, la part féminine**

13 SEPTEMBRE 2021

## BONJOUR ERIC PROWALSKI



déconnexion

## RECEVEZ LA NEWSLETTER ATABULA

Votre adresse mail

Abonnez-vous !

powered by MailMunch

## RECHERCHE SUR LE SITE

RECHERCHE

## LES INTERVIEWS DU TOAST



**Doit-on encore manger du poulet ?**

15 NOVEMBRE 2021



**Comment un restaurant obtient-il la certification Plastic Free ? Réponse du chef Christophe Aribert.**

12 NOVEMBRE 2021



**Comment fonctionne le prix du Cuisinier solidaire au Gault&Milliau ? La réponse de Zakari Benkhadra, directeur général du guide**

9 NOVEMBRE 2021



**Jérôme Burdet présente Exquistv.fr, « le petit Netflix dédié à la gastronomie »**

8 NOVEMBRE 2021

## LES ARTICLES LES PLUS LUS



**Julie Chaix, la discrète des Baux**

12 NOVEMBRE 2021



**Exclusivité | Yannick Alléno lance un nouveau concept culinaire à l'hôtel Cheval Blanc Courchevel**

8 NOVEMBRE 2021



**Bernard Neveu, chef sommelier du Bristol à Paris : « Fixer le prix du vin au restaurant, c'est**

univers mais j'apprends. » Huit mois plus tard, Eric Prowalski fait comprendre qu'il a fait le tour de la miche et souhaite revenir du côté de la cuisine. Éché, Alain Solivérès l'envoie en pâtisserie. Son mentor, Philippe Etchebest, à qui il passe un petit coup de téléphone, lui répond sobrement qu'il est en train d'apprendre le métier. Fin de la discussion et démarrage de l'aventure sucrée. De commis, il passe rapidement sous-chef sous les ordres d'Alain Leconte. Avec le départ de ce dernier, Eric Prowalski se voit proposer le poste de chef ; il décline. Alain Solivérès n'a pas d'autre choix que de le faire passer en cuisine. « Je découvre enfin la vraie cuisine de palace » raconte-t-il avec émotion. Dans la bataille qui se déroule alors pour la quête de la troisième étoile, c'est Christian Le Squer, chez Ledoyen, qui rafle la mise en 2002. Peu de temps après, Michel del Burgo s'apprête à quitter le triplement étoilé Taillevent (Paris, 8e arr.) ; le poste est proposé à Alain Solivérès. Pendant trois mois, Eric Prowalski oeuvre à la transition. « Rien n'était facile. Avec les équipes en place, c'était compliqué... Tout est différent, à commencer par la jauge. Aux Élysées du Vernet, ce sont 30 couverts par service, au Taillevent il faut marnier pour 130 convives. Un autre monde. Chaque soir, après le service, je me lamentais... » Des lamentations qui ne l'empêchent pas de continuer l'aventure rue Lamennais jusqu'en 2008. « En 2007 nous perdons la troisième étoile, l'année suivante disparaît Jean-Claude Vrinat. Moi, j'ai 32 ans et je sens que j'ai envie d'une nouvelle aventure, plus proche de mes terres, voire d'ouvrir mon affaire. » Un coup de téléphone plus tard à l'incontournable Philippe Etchebest, et c'est le départ pour La Corniche, un luxueux hôtel-restaurant conçu par Philippe Starck avec vue sur la dune du Pilat qui ouvre tout juste ses portes. Erreur d'aiguillage manifeste : « Il fallait sortir jusqu'à 500 couverts par jour, pas vraiment ce dont j'ai envie. » Eric Prowalski tiendra 14 mois avant de jeter son tablier. 2011 : le chef se remet sur le marché du travail et cherche un nouveau défi qui correspondra, enfin, à ses envies.



Les Trésoms et la vue sur le lac d'Annecy

---

« J'ai longtemps reproduit une cuisine qui n'était qu'un mélange de ce que j'avais appris chez mes chefs précédents. Sans âme, sans identité »

*Eric Prowalski*

---

Direction Annecy et Les Trésoms, « une maison qui correspond à mes attentes, une affaire familiale, avec des chefs salariés, mais avec des propriétaires qui ont vraiment envie de faire avancer le projet et de miser sur la qualité. » Rappelons-nous qu'avant lui ont évolué les chefs Benjamin Collombat et Laurent Azoulay. « Les deux ont visé l'étoile sans la décrocher ici » rappelle Eric Prowalski. Du bassin d'Arcachon aux bords du lac d'Annecy, rien d'évident sur le papier mais pour ce dernier, la filiation est évidente : « Mes parents venaient tous les ans à Annecy pour acheter des produits locaux car ils tenaient un restaurant à Bordeaux qui s'appelait La Petite Savoie. Le jour de mon entretien d'embauche, j'ai fait une photo du lac et je l'ai envoyée à ma maman. » Restait l'essentiel : trouver son identité culinaire. Et là encore, le chef reconnaît sans ambages qu'il a erré et galéré : « J'ai longtemps reproduit une cuisine qui n'était qu'un mélange de ce que j'avais appris chez mes chefs précédents. Sans âme, sans identité. Grâce à la méditation, je me suis recentré sur ma personnalité pour comprendre le pourquoi de cette cuisine non aboutie. Aujourd'hui, tout me semble tellement plus limpide... Je crois pouvoir dire qu'il y a une âme dans mes assiettes, de la bonhomie, du féminin et du masculin, de la bienveillance et, surtout, un lien entre mes origines, à Arcachon, et ma terre d'adoption, la Haute-Savoie. »



**comme une mayonnaise : un mélange parfaitement équilibré »**

15 OCTOBRE 2021



**K-Food : la cuisine coréenne à la conquête de la France**

11 OCTOBRE 2021



**Giuliano Sperandio (Taillevent) : un parcours entre coups de folie et coups de génie**

1 OCTOBRE 2021



**Mory Sacko, la décontraction du grand**

30 SEPTEMBRE 2021

Salle à manger du restaurant, avec vue sur le lac d'Anney

En 2021, le guide Michelin a reconnu le travail accompli et accroché une étoile aux Trésoms. « Quand j'ai appris la bonne nouvelle, je suis parti marcher quelques heures dans la montagne » sourit-il. Une façon de fuir une récompense qui ferait peur ? « Peut-être que cela aurait été le cas il y a quelques années, mais là pas du tout. Elle est tombée au bon moment sur mon chemin de vie ; elle vient en outre récompenser d'une part l'engagement et la persévérance des propriétaires et, d'autre part, la solidité d'une équipe présente à mes côtés depuis plusieurs années. » Conscient que l'étoile brille pour une année, « alors profitons-en » clame-t-il, Eric Prowalski reconnaît surtout qu'il entame désormais une nouvelle vie, « une seconde, une troisième, je ne sais pas, mais cette récompense correspond à un nouveau virage professionnel ». Un nouveau chemin professionnel mais sur un terrain personnel solide. La suite reste à écrire, dans un savant mélange d'intime et de conviction.



Les Trésoms

#### Pratique

Les Trésoms | 15 boulevard de la Corniche, Annecy (74) | 04 50 51 43 84 | [Lien vers le site](#)

Photographies  
Denis Pourcher

Identifiez-vous | Abonnez-vous à Atabula+

#### FIL INFO

15-11 | 18h30 | DISPARITION | Décès de Michel Rochedy, l'homme du Chabichou (Courchevel)  
15-11 | 16h08 | BUSINESS | Le restaurant Loiseau Rive Gauche (Paris) est racheté par le groupe Eclore de Stéphane Manigold  
15-11 | 15h57 | GUIDE | Le palmarès du guide Fooding 2022 dévoilé  
15-11 | 08h56 | OPINION | Restauration : à deux doigts du burn out  
15-11 | 07h05 | L'INTERVIEW TOASTÉE | Doit-on encore manger du poule ?  
12-11 | 14h55 | PORTRAIT | Eric Prowalski, cuisinier de l'intime conviction  
12-11 | 14h25 | OPINION | Le billet d'Emmanuel Rubin #2 | Fatigue du livre de cuisine  
12-11 | 14h15 | PORTRAIT | Julie Chaix, la discrète des Baux

#### C'ÉTAIT DANS LE TOAST DU MARDI 16 NOVEMBRE

##### Espresso, l'info bien dosée

Décès de Michel Rochedy, l'homme du Chabichou (Courchevel) | Le restaurant Loiseau Rive Gauche (Paris) est racheté par le groupe Eclore de Stéphane Manigold | Le palmarès du guide Fooding 2022 dévoilé | Le guide Michelin Shanghai 2022 consacre un nouveau restaurant trois étoiles | La cheffe Julia Sedefdjian lance un traiteur-épicerie autour du pois chiche | Augmentation des salaires dans les Alpes pour attirer les saisonniers

##### Ristretto, l'info bien serrée

Les Bras lancent un kit de pâtisserie pour confectionner le coulant au chocolat | Mama Shelter pose ses valises à Lisbonne | Rouen a été désignée ville créative Unesco pour son patrimoine gastronomique | Disparition du chef Claude Darroze | Maxime Laurens convie Kazuyuki Tanaka et Gaëtan Gentil | McDonald's lance le "Mariah Menu"

##### Extraction, le top de l'info en France et ailleurs

Notre revue de presse quotidienne

Les infos du Toast sont exclusivement à lire sur... [Toast by Atabula](#)

[Abonnez-vous pour le recevoir chaque matin à 7h dans votre boîte mail](#)

f PARTAGER

🐦 TWEET

in

📧

✉



## ATABULA

Atabula est la plateforme d'information et d'opinion numérique de référence sur la gastronomie en France et à l'étranger.

Contact | À propos d'Atabula | CCV | Mentions légales | Partenariat

Fil info – L'actu des chefs – Business – Décryptage – Édition et média – En images – Opinion



## ATABULA FOOD COM

Atabula Food Com est un nouveau service proposé par la plateforme Atabula : la possibilité de mettre en ligne vos communiqués de presse sur la plateforme Atabula. Visibilité auprès de vos cibles garantie via notre site Atabula, ses réseaux sociaux et ses newsletters | Lien vers la page Food Com



## ATABULA OFFRES D'EMPLOI

**Tarif** | Vous pouvez déposer une offre d'emploi sur le site Atabula et sur Toast pour le tarif de 98,4 euros TTC.

**Mise en ligne** | Votre offre sera en ligne dès votre règlement. Elle sera visible sur une page dédiée, sous tous les articles Atabula pendant deux semaines, dans notre newsletter quotidienne Toast et dans notre newsletter hebdomadaire. *Visibilité garantie > 150 000 impressions*

Lien pour régler votre annonce | Lien pour déposer votre annonce | Lien pour voir toutes les offres d'emploi



## TOAST

Chaque jour, recevez notre newsletter 100% food : infos, chiffres, images, analyses. Toast, la news food de référence exclusivement réservée aux abonnés Atabula | Abonnez-vous



## FOOD'S WHO

Le Food's Who regroupe les fiches des personnes les plus influentes des univers de la restauration et de l'alimentation en France. En 2021, il va continuer à se développer avec de nombreuses sélections dédiées

Lien vers le Food's Who

La sélection des 100 qui vont faire 2021



## ATABULAB

AtabuLab est le laboratoire de réflexion et d'idées dédié aux secteurs de la restauration, de l'agroalimentaire et, plus largement, de tout ce qui touche à l'alimentation en France.

Les principales formations à la cuisine végétale (note de synthèse)

Plan de digitalisation du secteur de la restauration : 10 propositions pour réorganiser le marché (Note de synthèse)

À la découverte de 70 podcasts qui agitent la scène culinaire française (Benchmark)

La bistronomie : un concept toujours opérationnel en 2020 ? (Note de synthèse)

Poivres, savoir où se fournir (Benchmark)

Comment la restauration va muter après la crise du Covid-19 en France (Livre blanc)

