



**Mikuy**  
**L'Entremetteuse Culinaire**



**MON TOUR  
DU MONDE**

**EN 80 PLATS  
ET PLUS  
SI AFFINITÉS...**

**DÉPART LE  
04/06/2020 !**



**qui fait vibrer  
vos papilles...**



**DOSSIER DE PRESSE**





## L'AVENTURE DEBUTE LE 04 JUIN 2020

« Ca y est ! J'ai mon billet.  
Le 4 juin 2020, à 10h50, je m'envole pour  
la Guadeloupe, première étape d'un périple  
sans date limite de péremption ».

MIKUY L'ENTREMETTEUSE CULINAIRE

## COMMUNIQUE DE PRESSE

A 55 ans, elle a choisi de tout quitter pour partir seule, avec son sac à dos, à la découverte des cuisines du monde... "Un rêve de toujours qui ne peut plus attendre" et qui s'inscrit aussi dans une logique : Anne Sallé, alias Mikuy l'Entremetteuse Culinaire, est critique gastronomique, plume culinaire, blogueuse voyageuse et très curieuse...

La date est actée : le 4 juin prochain, elle s'envole pour la Guadeloupe, première étape d'un périple sans date limite de péremption. La Martinique, la Guyane, Cuba et l'Amérique du Sud sont sur sa route. « J'ai hâte de découvrir le Pérou, élu meilleure destination culinaire du monde ».

### UN « SLOW FOOD TRIP »

Sur place, Anne Sallé veut prendre le temps, découvrir l'histoire locale, privilégier les rencontres, les partages, aller sur les marchés, entrer dans les cuisines, mettre la main à la pâte... « Une assiette n'est pas seulement faite de produits, elle est le reflet d'une culture et c'est ce qui m'intéresse ». Ajoutez une dimension durable à son projet – la cuisine est pour elle l'une des clés de la transition écologique – et vous savez l'essentiel.

### DES CARNETS DE VOYAGE POUR PARTAGER

Chaque pays visité fera l'objet de carnets de voyages pour partager recettes et émotions et... financer les prochaines étapes de son voyage : recueils de recettes, secrets de beauté naturels, conseils aphrodisiaques...

La blogueuse compte sur sa communauté pour la soutenir dans sa démarche. « Pour garder le lien, rêver ensemble, tout en gardant les pieds sur terre. A plusieurs, on est plus fort et on va plus loin. Je pars seule mais pas vraiment ».

# Table des matières



8

## Qui est Mikuy l'Entremetteuse Culinaire ?

*Une gourmande dont les premiers émois gourmands remontent à l'enfance . Mais ce n'est pas tout...*

10

## Un tour du monde, pour quoi faire ?

*Après avoir croqué tous les chefs de la Côte d'Azur; Mikuy a encore faim !!!*



12

## Les destinations

*De Pointe-à-Pitre à Lima, en passant par Buenos Aires ou peut-être par Sao Paulo...*



14

## Les carnets de voyage

*Gourmands, coquins, ludiques ou secrets... Ils feront le lien entre elle et sa communauté.*



16

## Suivre Mikuy

*Comment contacter Mikuy et la suivre sur les réseaux sociaux*



17

## Bonus

*Pour en savoir encore plus sur Mikuy*

# QUI EST MIKUY L'ENTREMETTEUSE CULINAIRE ?

**M**IKUY » : le mot sonne bien, est facile à retenir, évoque la cuisine (surtout son gâteau préféré : le mi-cuit au chocolat) et signifie « manger » en langue quechua.



**U**NE GOURMANDE assurément, dont les premiers émois gourmands remontent à l'enfance et sont ancrés dans le terroir. Certains ont les parfums du teurgoule (riz au lait) crémeux de Mamie, du clafoutis aux cerises si moelleux de Bonne-Maman, du premier pois croquant du potager paternel... D'autres ont la saveur tiède et légèrement écoeurante du lait moussieux prélevé au pis de la vache ou celle, étonnement fraîche, de l'œuf bio du poulailler de la ferme de ses cousins normands... **Mikuy est aussi...**

**UNE FINE PLUME** : successivement au service de la Fondation Auguste Escoffier (codificateur de la cuisine française), de divers journaux et magazines régionaux et nationaux, de professionnels en quête d'une meilleure communication.

**UN AUTEUR** : de livres éducatifs sur le patrimoine pour les enfants, d'un e-book culinaire avec le chef MOF Jacques Rolancy, d'un premier livre découverte sur Singapour ([lien ici](#)).

**UNE AMBASSADRICE DE LA CÔTE D'AZUR** : pour sa renommée et la qualité de ses productions.

**UNE HUMANISTE** : formatrice en communication là où il y en a besoin et facilitatrice de biodanza, la danse de la vie.

**UNE AVENTURIÈRE** : pour avoir créé son site Mikuy.fr et pour se lancer dans cette aventure autour du monde sans filet.

**E**T LE POINT COMMUN ENTRE TOUT ÇA ?  
Sa veste rose et son inépuisable bonne humeur dès qu'on lui parle de Bien-Manger !

## UN TOUR DU MONDE, POUR...

**O**SER VIVRE UN RÊVE... La question n'est pas « Qui va m'y autoriser ? » mais plutôt « Qui va m'arrêter ? »

**C**ROQUER LE MONDE SANS FAIM FIN... Prendre le temps de la rencontre, ce n'est sûrement pas fixer une date de retour.

**A**LLER À LA SOURCE... Le fruit n'est-il pas plus savoureux quand il est cueilli directement sur l'arbre ?

**R**ENDRE À CÉSAR CE QUI EST À CÉSAR... Une assiette ne se contente pas de remplir l'estomac, elle est le reflet d'une culture.

**R**ENCONTRER DES CHEFS... Français ou locaux, comment influencent-ils le quotidien ?

**F**AIRE MA DÉLICIEUSE RÉVOLUTION... Comme Olivier Roellinger, je suis convaincue qu'on a tous un rôle à jouer dans la transition écologique.

**M**ETTRE LE FEU AUX SENS... Avec des recettes aphrodisiaques dénichées sur place, c'est promis !

**R**ÉVÉLER LA POÉSIE DU MONDE... En photos, vidéos, récits et chansons.

## CREER DU LIEN



BY ANNE SALLÉ

*« Créer du lien entre ceux qui cuisinent  
...et ceux qui ne savent pas ... ou aimeraient apprendre...  
...ou aiment simplement bien manger... où qu'ils soient...  
C'est la mission de Mikuy, l'entremetteuse culinaire...*

*Faire le liant de façon naturelle, sans adjuvants, ni conservateurs,  
juste avec franchise et humour...  
Pour le plaisir de la bouche et du cœur...*

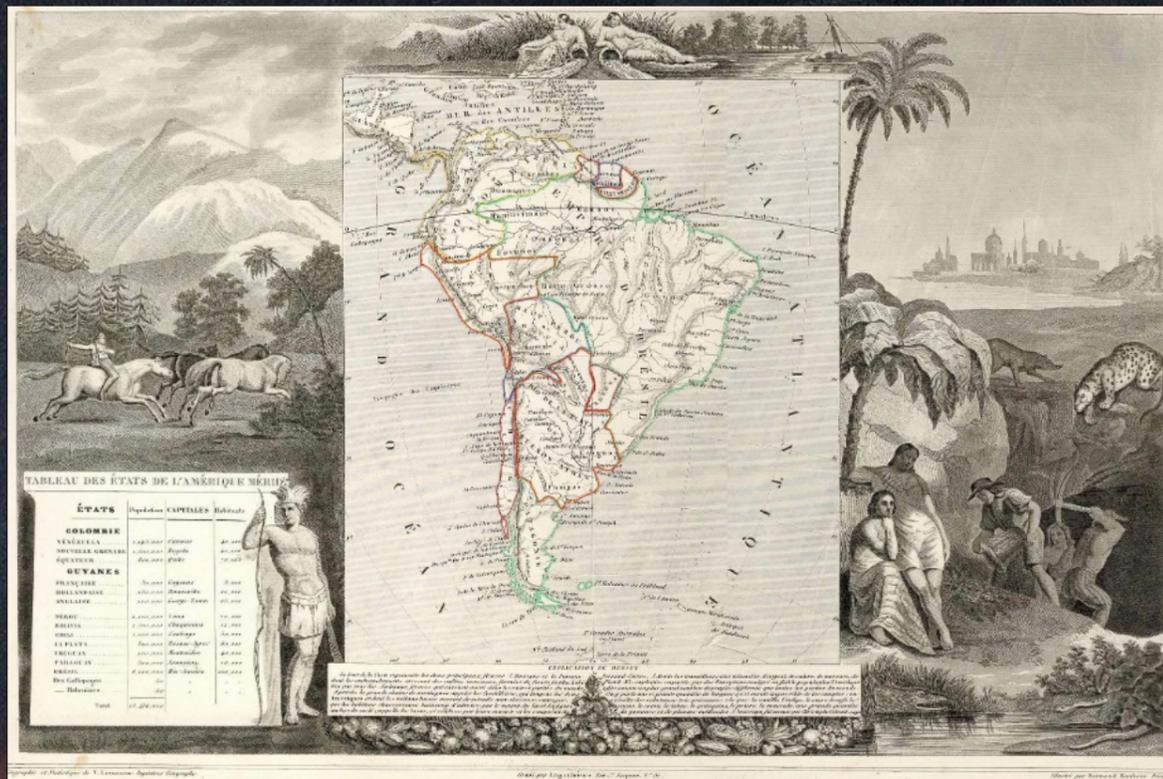
# LES DESTINATIONS

**U**N TOUR DU MONDE EN 80 PLATS ET PLUS, SI AFFINITÉS, signifie quelques étapes...

**PREMIÈRE DESTINATION : LES CARAÏBES.** Mikuy s'envole pour la Guadeloupe et la Martinique le 4 juin prochain. A elle, le bokit, le féroce d'avocats, le colombo, le poulet boucané, le tourment d'amour, le punch et le rhum (avec sa copine modération !)...

**ENSUITE TOUT EST POSSIBLE !!!** Mikuy a prévu d'aller à **CUBA** pour le Carnaval de Santiago mais elle ira peut-être d'abord en **GUYANE** pour assister à l'un des 12 lancements d'Arianespace.

**ELLE SE RENDRA ENSUITE** au **COSTA RICA**, avant de descendre vers l'**AMÉRIQUE DU SUD** : Colombie, Equateur, Pérou, Chili, Ile de Pâques, Brésil...





## Carnets de voyage...

*« Plume un jour, plume toujours...  
disait ma grand-mère,  
fervente admiratrice de mes premiers écrits.  
Et c'est en pensant à elle que je  
consignerai chacune de mes découvertes  
au fil de ce voyage initiatique  
autour des saveurs ».*

### **A CHAQUE DESTINATION, SON OU SES CARNETS.**

Rédigés au fur et à mesure du voyage, ils seront destinés à vous faire rêver mais aussi à financer les prochaines étapes du périple (à suivre également sur son blog et les réseaux sociaux).

### **AU MENU :**

De la fantaisie, de l'humour, de la légèreté, des rires et des fous-rires, des astuces, des anecdotes, des confidences personnelles, des choses sérieuses et des élucubrations, et surtout de belles photos et des textes bien écrits !

### **DES CARNETS SAGES... OU COQUINS !**

Mikuy vous promet des carnets de recettes classiques mais aussi aphrodisiaques - il en va de sa réputation -, des conseils de beauté naturels des femmes du bout du monde, des témoignages de chefs français expatriés...

**ET SI VOUS VOULEZ QU'ELLE DÉNICHE POUR VOUS LE PRODUIT RARE, IL SUFFIT DE LE LUI DEMANDER !**

## CONTACT



+ 33 6 03 17 47 55



[anne@mikuy.fr](mailto:anne@mikuy.fr)



**MikuybyAnneSalle**



**Mikuy06**



**Mikuy - L'Entremetteuse Culinaire**

## BONUS



### Le Profil de Mikuy :

- Elle aime : dire ce qui lui passe par la tête
- Elle n'aime pas : le manque d'ouverture de coeur
- Ce qui l'étonne encore : s'appeler « Sallé » et être Entremetteuse Culinaire !
- Sa couleur préférée : le rose, évidemment !
- Sa saveur préférée : l'umami (par conviction, et un peu aussi pour voir les yeux de ses auditeurs s'écarquiller : « le quoi ? »)
- Son plat préféré : celui qu'elle mange en bonne compagnie
- Son dessert préféré : le mi-cuit au chocolat, évidemment !
- Sa principale qualité : l'optimisme
- Son principal défaut : avoir trop d'idées, ça fatigue tout le monde...