



CRYSTEL DELGADO

La cuisinière qui venait du Pérou

NÉE À CHICLAYO, UNE VILLE SITUÉE DANS LE NORD DU PÉROU, CRYSTEL EST FIÈRE DE RÉGALER LES MAURITIENS AVEC DE DÉLICIEUSES EMPANADAS. AVEZ-VOUS DÉJÀ GOÛTÉ CES PETITS CHAUSSONS FARCIS TYPIQUES DE LA CUISINE D'AMÉRIQUE LATINE ?

Un destino fabuloso* ! C'est en 2018 que Crystel Delgado quitte son Pérou natal pour débarquer en France. Elle travaille alors comme cheffe dans un restaurant péruvien à Paris. « J'ai beaucoup appris lors de cette expérience professionnelle. Je n'ai jamais étudié la cuisine, mais j'adore ça. Etudier la gastronomie au Pérou, c'est extrêmement cher ! » explique-t-elle. En 2021, la trentenaire rencontre l'amour à l'occasion d'un covoiturage. Elle confie : « C'était pendant un trajet Saint-Tropez/ Paris. Avec Matthieu Bijou, on a eu un vrai coup de foudre ! »

Quelques mois plus tard, le couple prend la succession des Montziols dans la boulangerie au 52 avenue du Maréchal de Lattre de Tassigny. Crystel y vend ses empanadas faites maison au bœuf, au poulet, au thon, aux légumes... Traditionnellement, les empanadas, qui sont des petits chaussons de pâte brisée farcis, sont préparées à la main avec une pâte finement étalée et une garniture soigneusement choisie. Le mot vient du verbe es-pagnol empanar, qui se traduit par « recouvrir », ou encore « enrober avec du pain ». « J'ai élaboré ma propre recette

durant trois ans. Et ce, en essayant des produits, des viandes, des épices différents ! J'ai des amis cuisiniers qui ont eu la gentillesse d'être mes cobayes » précise la Mauritienne.

Épaulée par Annet, qui exerce dans la boulangerie depuis plusieurs années, Crystel fabrique pas moins de 100 empanadas par jour. Pour la dernière édition de la fête de la musique, elles sont parvenues à en sortir du four près de 1 000. « Je suis derrière les fourneaux tous les jours de 8 h à 21 h. Heureusement, ma maman Chayo est là pour m'aider à

m'occuper de mon petit Antoine, âgé de 2 ans et demi » fait savoir la mère de famille.

« Saint-Maurice est une très belle ville et c'est un plaisir de pouvoir y habiter. J'apprécie énormément sa tranquillité qui est pour moi un critère primordial. Je trouve qu'elle est parfaite pour y élever un enfant ! Il y a tout ce qu'il faut dans notre commune pour être heureux, en particulier au niveau des commerces. »

Celle que l'on surnomme « Crys » est très active sur les réseaux sociaux, notamment sur Instagram où elle ne manque pas de dévoiler ses secrets de fabrication. Elle indique : « J'aime partager ma culture avec les internautes et avec mes clients. Grâce à mes empanadas, j'ai l'impression de leur

faire découvrir un peu de mon pays. » Son rêve ? « Ouvrir un petit restaurant tous les midis avec comme plats des spécialités péruviennes, et bien évidemment des empanadas ! »