

ASTUCES en CUISINE

Avec Monsieur Bertrand et Guacamole



ALYA
BO NA
ESPACE
THÉÂTRE

09:50

Du 4 au 25 Juillet 2026
Relâches les mercredi 8, 15, 22

théâtre burlesque
à partir de 6 ans !



ils en ont dit..



« Clowns, mimes et manipulateurs d'objets, ce duo très complémentaire a plus d'une corde à son arc... Adultes et enfants rient à gorge déployée, c'est le signe d'une soirée réussie. »

LE TÉLÉGRAMME

« Prenez une mécanique léchée où les effets sont nombreux et élégants. Ajoutez une bande son raffinée, qui mêle gracieusement Fred Astaire et Richard Strauss. Associez-le tout à un jeu de lumière subtil et vous avez un spectacle non seulement drôle mais beau.

Saluons le metteur en scène d'opéra Kristian Frédric, qui a sublimé l'art des grands clowns que sont Fred Robbe et Felipe Magana. »

LE MONTREUILLOIS - Maguelone Bonnaud

« Dans un très beau décor vintage, où les cassettes VHS côtoient les pastilles Vichy, et où surgissent les ombres de Raymond Poulidor et Lady Diana, le désopilant duo s'essaye à transmettre son art culinaire. C'est tendre, décalé et très réussi. Bravo les artistes ! »

ARTS-CHPELS

Pour en découvrir plus... Presse, photos, vidéos, réseaux...

CLIC !

<https://www.lezardsquibougent.com/astuces-en-cuisine>

<https://www.theatredufaune.com/astuces-en-cuisine/>

CLIC !



<https://www.instagram.com/astucesencuisine2025/>



<https://www.facebook.com/Astucesencuisine2025>

Le teaser



Teaser Astuces en cuisine : Théâtre burlesque

<https://www.youtube.com/watch?v=2NSbQ7c4y74>



PRÉSENTATION

Chaque jour, à heure fixe, Monsieur Bertrand et Guacamole animent une chaîne YouTube « Astuces en cuisine ».

Monsieur Bertrand est un chef méticuleux. Il est important pour lui que les astuces soient exposées comme il l'entend, avec rigueur et précision. Or, son assistant Guacamole est maladroit, farfelu et espiègle.

Ses débordements provoquent souvent l'irritation de Monsieur Bertrand, dont le côté rigide laisse peu de place à l'imprévu et à la fantaisie.

Ils sont aux antipodes l'un de l'autre !

Mais ils s'aiment beaucoup et ils font de leur mieux pour les astuces se déroulent sans accroc. Or, un jour, une astuce non maîtrisée par Guacamole vire à la catastrophe.

Le chaos s'empare du plateau et il provoque un véritable clash entre les deux amis.

Est-ce la fin d'une belle amitié ?

À travers le burlesque, la poésie, le mime et le théâtre d'objets, Astuces en cuisine raconte avec humour et tendresse comment un projet commun peut mettre une amitié à l'épreuve.

A partager en famille, dès 6 ans.





NOTE D'INTENTION

Astuces en cuisine est né de l'envie de raconter une histoire simple et universelle : celle de deux amis qui tentent d'élaborer un projet ensemble.

Monsieur Bertrand et Guacamole ont décidé de lancer une chaîne de cuisine on line. Ils ont pour ambition de gagner chaque jour davantage de likes. Cette pression va s'installer peu à peu et transformer leur façon d'être ensemble.

L'un invente, propose des chemins inattendus et use de sa fantaisie pour séduire le public. L'autre cherche à tout contrôler, devient de plus en plus autoritaire... Et perd pied.

Ce projet commun, censé les rapprocher peut-être même les rendre célèbres, accroît leur différence. Il met en exergue la difficulté à s'écouter, à accepter l'autre dans sa différence, à laisser une place à ce qui ne rentre pas dans le cadre, à ne pas tirer toute la couverture à soi.

Sans jamais être moralisateur, *Astuces en cuisine* parle aux enfants de ce qu'ils connaissent déjà : le regard des autres, l'envie d'être aimé, la peur de rater, mais aussi le plaisir de créer ensemble et la fragilité de l'amitié.

Le rire, le burlesque et la poésie permettent d'aborder ces thèmes avec légèreté. Les objets s'animent, le chaos surgit, et l'imprévu devient moteur de jeu.

Pensé pour les tous publics, le spectacle invite petits et grands à partager un moment joyeux, sensible et complice, autour d'une question essentielle : **comment faire ensemble, malgré nos différences ? A l'ère des réseaux sociaux, comment faire ensemble quand le désir d'être vu et de réussir occupe tant de place ?**

Fred Robbe, Felipe Magana et Kristian Frédéric

Langue et territoire

2026 - Version en euskara : *Sukaldari abileziak* avec le soutien de la Communauté de Commune du Pays Basque

Astuces en cuisine existe également en Anglais, en Espagnol, et peut se décliner dans d'autres langues.

Actions Culturelles & Transmission

Les représentations peuvent être accompagnées d'actions culturelles autour du jeu burlesque et des thématiques du spectacle.

Ateliers de clown ou d'expression corporelle permettent aux participants d'explorer, de manière ludique et sensible, les questions du lien et du vivre ensemble.

L'Équipe

Jeu et conception	Fred ROBBE Felipe MAGANA
Dramaturgie, mise en scène et scénographie	Kristian FRÉDRIC
Artiste visuelle	SOOLEE
Création sonore	Etienne BLUTEAU
Création lumière	Yannick ANCHÉ
Fabrication d'objets et accessoires	Fabrice PROVANSAL Nicolas BASTIAN Felipe MAGANA Oriane PONCET
Costumes	Marie-Hélène REPETTO
Maquillage	Cécilia LUCERO
Regisseuse son et lumière	Solenne MONCHAUX





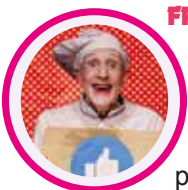
KRISTIAN FRÉDRIK

Kristian Frédéric est un artiste complet : comédien, auteur-librettiste et metteur en scène. Il débute sa carrière comme technicien, notamment aux Folies Bergères, puis comme assistant de metteurs en scène renommés, dont Patrice Chéreau. Depuis 1989, il dirige la compagnie Lézards qui Bougent Fabrik Théâtre Opéra et a signé 36 mises en scène jouées plus de 1079 fois en France et à l'étranger.

En juillet 2022, au Festival d'Avignon, il rencontre Fred Robbe, avec qui il partage une passion commune pour l'absurde. De cette rencontre naît une complicité artistique, et il décide de collaborer avec ce duo burlesque, dont l'univers rappelle les grandes figures comiques comme Laurel et Hardy ou Footit et Chocolat.

www.kristianfredric.com

CLIC !



FRED ROBBE

Directeur artistique de sa compagnie, Le Théâtre du Faune, il écrit, joue et met en scène les spectacles qu'il crée. À ce jour, il a signé 8 créations, dont certaines, comme *Le titre est dans le coffre*, ont connu un franc succès, récompensées au Festival d'Avignon et présentées en tournée jusqu'en Chine.

Clown, il s'est formé avec Carlo Colombaioni. C'est au cours d'un de ses stages que lui sera révélé le personnage de Monsieur Bertrand avec lequel il se produit depuis presque 30 ans au gré de spectacles, cabarets ou improvisations.

En parallèle, il dispense des formations au jeu burlesque. Il a créé une pédagogie et sa propre école à Montreuil (93), dans laquelle il transmet les codes et les outils du jeu masqué.

<http://www.theatredufaune.com/biographie-de-fred-robbe>

CLIC !



FELIPE MAGANA

Comédien, Clown, illustrateur, il est né à Santiago du Chili.

Formé aux arts du cirque, il maîtrise des disciplines variées telles que le jonglage, le mâit chinois, l'acrobatie et le trapèze volant..

Arrivé en Europe en quête de nouvelles techniques, il découvre à Montreuil les ateliers du Théâtre du Faune, où il se forme au jeu clownesque. C'est là qu'il développe son personnage burlesque Guacamole, avec lequel il improvise régulièrement.

Il rejoint aussi l'association des comédiens-clowns du Rire Médecin. Engagé, il participe également aux missions humanitaires de Clowns sans frontières.

Il est co-auteur, avec Fred Robbe, du spectacle *Astuces en cuisine*.

CLIC !





Contact

THÉÂTRE DU FAUNE

111 Bis Rue Molière, 93100 Montreuil

Fred Robbe - +33 (0)6 15 78 02 99

theatredufaune@free.fr

www.theatredufaune.com

CIE LÉZARDS QUI BOUGENT

FABRIK THÉÂTRE OPÉRA

6 Ter Avenue Jouandin - 64100 Bayonne

Kristian Frédéric - +33 (0)6 83 89 05 10

contact@lezardsquibougent.com

www.lezardsquibougent.com



Diffusion

LA LUNE DANS LES PIEDS

lalune@lalunedanslespieds.com

Tel. +33 (0)6 12 23 40 38

Presse

Dominique Lhotte

Tel. 0660968482

bardelangle@yahoo.fr

PRODUIT PAR

Cie Théâtre du Faune (59)

Cie Lézards Qui Bougent Fabrik Théâtre Opéra (64)

PARTENAIRES

Communauté d'Agglomération du Pays Basque (64), Département des Pyrénées Atlantiques (64), la Ville de Bayonne (64), le Département des Pyrénées Atlantiques (64), la Région Nouvelle-Aquitaine, la Ville de Montreuil (59), Comme vous emoi (93), La Ferme Corsange (77).

Design graphique, photo Soolee . Illustrations Felipe Magana

