



# LES BRUNCHS DE CE SAMEDI

09.09.17

## BRUNCH N°1

26€

## BRUNCH N°2

30€

Une boisson chaude : café, thé

Le jus de fruit du jour

Pain de Jean-Philippe (Chardon)

Brioche, confitures maison ou Pain perdu

Fromage blanc de Stéphanie, marmelade maison

Oeuf parfait

Maquereau, betterave, céleri  
branche

Effiloché de cochon Berkshire aux  
herbes, focaccia  
ou  
Thon rouge de ligne, fenouil, tomates  
anciennes

Chou à la poire

ou

Crumble à la quetsche

### POUR ENCORE + DE PLAISIRS BRUTS

Saucisson d'Emmanuel Chavassieux ..... 8

Tomme de brebis du Pays basque d'Alain Domini ..... 8

### LA BULLE DU JOUR AU VERRE

Ancestral Blanc de Benoit Blet (Loire) ..... 8

### LES PETITES CREATIONS DU BAR

Iced Latte ..... 4

### QUELQUES IDEES DE VINS ET MISTELLES

12,5cl | 75cl

Pineau des charentes de Jean-Paul Aubineau (8cl) ..... 6

La Bohème de Marc Pesnot ..... 6 | 28

Badoulin Pinot Noir .... 8 | 35

TOUS NOS PRODUITS EN SALLE ET EN CUISINE (DU SEL AUX LEGUMES, DE LA CREME A LA VIANDE, DU VIN AUX SPIRITUEUX) RESPECTENT STRICTEMENT NOTRE CHARTE DE QUALITÉ (voir au dos).

TOUS PROVIENNENT DE RÉSISTANTS QUE NOUS AVONS RENCONTRÉS IN SITU ET AVEC QUI NOUS ENTRETENONS UN LIEN CONTINU



LE RESTE, POUR NOUS, C'EST LA BASE: Produits frais | Produits bruts | Respect des saisons Fait Maison | Approvisionnement en direct | Transparence | Zéro gâchis

Taxes et services compris, prix en euros TTC, Chèques non acceptés

[www.lesresistants.fr](http://www.lesresistants.fr)



## NOTRE CHARTE QUALITÉ

C'est notre charte générale, en gros c'est le minimum syndical pour apparaître sur notre carte. Après il y a pour chacun des produits d'autres critères (on est devenu un peu maniaque...) que vous retrouverez sur notre site internet.

- N ° 1. Offrir un produit qui a réellement du goût.
- N ° 2. Respecter le bien-être animal et les cycles naturels ("Laisser le temps au temps").
- N ° 3. Choisir un système de production durable, respectueux de l'environnement et extensif.
- N ° 4. Respecter strictement les normes sanitaires en vigueur.
- N ° 5. Appliquer une transparence totale vis à vis du citoyen, traçabilité et méthode de production.
- N ° 6. Travailler en agriculture biologique / durable.
- N ° 7. Commercialiser des produits à prix raisonnable.
- N ° 8. Respecter des méthodes de production traditionnelles.
- N ° 9. Valoriser les ressources agricoles, humaines et techniques présentes localement.

## QUELQUES RESISTANTS DU JOUR

### **Grégoire et Fabienne Desnoullez** | Lessay, Manche | Maraîchage | Légumes et herbes aromatiques

Grégoire est installé depuis 20 ans à Lessay dans la Manche. Il travaille en **bio** sur 3 ha des **variétés anciennes non-hybrides** de légumes et d'herbes aromatiques sur les **magnifiques terroirs de bord de mer autour de Lessay**. Il cultive sur des **sols principalement sableux** mais également de la **tangue** dans le havre et dans le marais. Le seul engrais qu'il utilise est 100% naturel, le **varech** : des algues déposées par les vagues le long de la côte. Avec pour résultat des légumes uniques.

### **Antoine Raoul** | Lanvellec, Finistère | Elevage | Viande de porc Berkshire

Antoine élève une centaine de porc Berkshire sur 32 hectares de prairies vallonnées. Ses cochons sont toute l'année en plein air et nourris le plus naturellement possible. Aucun intrant chimique sur l'exploitation et des cochons qui grandissent à leur rythme (18 mois en moyenne). Un respect de l'animal et du temps que l'on retrouve dans l'assiette avec une viande ferme et goûteuse.

### **Eric Jacquier** | Lugrin, Haute-Savoie | Féra, féra fumée

Né à Lugrin sur les bords du Lac Léman, Eric est pêcheur en eau douce sur le Lac depuis toujours pour ainsi dire. Proche de la nature, Eric pratique une **pêche durable, respectueuse de l'environnement**. Il pêche la féra avec des filets droits dans des fonds entre 30 et 100m. Il capture également truites et ombles chevaliers, avec des filets flottants. Enfin, perches et écrevisses se piègent à l'aide de grandes nasses. Eric est **extrêmement attentif à la qualité de ses produits**. Avec sa femme Nathalie et ses deux employés, il **prépare, fume, transforme et expédie les poissons** dès son retour de pêche dans son atelier de Lugrin.

### **Alain Domini** | Beyrie sur Joyeuse, Pyrénées Atlantique | Berger, fromager | Tomme de brebis, greuil

Depuis le début des années 1990, Alain élève des brebis de race basco-béarnaise et fabrique de magnifiques tommes de brebis. Alain travaille selon un savoir-faire traditionnel: il fait pâturer ses brebis en estive de mai à novembre, les traie ses à la main, fabrique tous les jours le fromage au chaudron et affine les fromages sur des planches en bois. Alain est un des très rare producteur de tomme de brebis à par ailleurs travailler en agriculture biologique. Il privilégie naturellement un système d'alimentation basée sur l'herbe. Alain vend la totalité de sa production en direct à des petits chanceux dont nous faisons parti

### **Stéphanie Conrad** | Saint-Léger sur Sarthe, Orne | Crémier-Fromager | Crème crue, Lait cru et Camembert

Stéphanie est un des trois derniers producteurs de camembert AOP au lait cru. **Un lait exceptionnel provenant uniquement de vaches normandes, nourries à l'herbe, au foin séché en grange pour l'hiver** et qui n'ont jamais approché le moindre complément d'ensilage.

### **Aurélié Levasseur** | Evrecy, Calvados | Eleveur | Oeufs

Aurélié mène un élevage de 700 poules pondeuses en agriculture biologique. Soucieuse du respect des équilibres naturels, elle exclut l'usage des produits chimiques de synthèse et d'OGM dans son exploitation. Ses poules sont bien sûr élevées en plein air.