LA CUISINE DE CE MIDI

26.01.18

PLAT	**14,00**
ENTRÉE + PLAT ou PLAT + DESSERT	**16,50**
ENTRÉE + PLAT + DESSERT	**18,50**

ENTRÉES

- Velouté de céleri rave Monarch, graines de lin du moulin de Chantemerle
- Salade croquante, carottes Nantaise, radis d'hiver

PLATS

- Féra du lac Léman, polenta de maïs de Touraine, citron de Menton, mâche verte
- Jarret de boeuf Limousin d'Antoine Villepontoux braisé au vin rouge, purée de pommes de terre Kuroda, choux de Bruxelles violets

DESSERTS

- Tartelette amandine aux clémentines Caffin de Sainte-Lucie de Porto-Vecchio
- Epeautre au lait Rooibos Perles Rouges, raisins marinés

PRODUITS BRUTS DU JOUR

Saucisses et saucissons Emmanuel Chavassieux (Loire)	**7**
Beaufort chalet d'Alpage Gael Machet (Savoie)	**9**

BOISSONS FRAÎCHES

Eau Pétillante Castalie	2
Thé vert glacé lychee	5
Jus de pomme fermier Christian Toullec (Finistère)	4

LE PETIT VERRE DU MIDI

Rouge | Le p'tit Martin 2016, Oratoire Saint-Martin	5,5
Blanc | Les Hospices 2016, Les Terres Blanches	6,5
Cidre | Cournouaille Melenig, Cidrerie Melenig	4

TOUS NOS PRODUITS EN SALLE ET EN CUISINE (DU SEL AUX LÉGUMES, DE LA CÈME 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

NOTRE CHARTE QUALITÉ

CHARTE GÉNÉRALE

Le minimum syndical pour apparaître sur notre carte.

N° 1. Offrir un produit qui a réellement du **goût.**

N° 2. Respecter le **bien-être animal** et les **cycles naturels**.

N° 3. Choisir un **système de production durable et extensif.**

N° 4. Respecter strictement les **normes sanitaires** en vigueur.

N° 5. Appliquer une **transparence totale** (traçabilité et méthodes).

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. Entretenir **patrimoine agricole/culinaire** et **savoir-faire**

N° 10. Valoriser les **ressources locales** (agricoles, humaines, techniques).

CHARTES SPÉCIFIQUES

En moyenne, plus d'une dizaine de CRITERES ADDITIONNELS POUR CHAQUE PRODUIT entrent en ligne de compte dans nos choix.

Vous trouverez par exemple **uniquement**:

- Des légumes de **variétés population**
- De la viande et des produits issus d'élevages
  (i) de **races rustiques / locales** (ex. vache Villard-de-Lans)
  (ii) en **plein air intégral**
  (iii) en respectant la **croissance naturelle des animaux** (ex. 12 mois min. pour un porc vs. 4 en industriel)
  (iv) nourris **naturellement et localement**
  (v) à **taille humaine** (ex. 50 vaches en moyenne)
- Des vins et spiritueux issus de **raisins cultivés naturellement** et **récoltés manuellement** puis travaillés en **levures indigènes, sans intrants oenologiques** etc.

Par ailleurs, sont par exemple **proscrits:**

- L'**ensilage** dans l'alimentation bovine
- Les **traitements antibiotiques** (préventif / systématique)
- Tous les **produits de synthèse** (pesticides, désherbant, etc.)
- Les légumes et plantes **hybrides**
- Les **additifs** (ex. dextrose)
- Tous procédés visant à **désaisonner** (ex. huîtres triploïdes)
- Les **levures exogènes** et les **enzymes oenologiques industrielles, la chaptalisation, l'acidification** etc.

QUELQUES RÉSISTANTS DU JOUR

Grégoire et Fabienne Desnoulez
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 Villepontoux | Civrac-de-Blaye, Gironde | Eleveur-boucher | Viande de boeuf et veau limousin
Antoine fait partie de la nouvelle génération d'éleveurs qui portent une attention toute particulière à l'alimentation, à l'espace et au bien-être de ses vaches. Il conduit un troupeau d'une centaine de vaches de race Limousine en agriculture biologique. Dehors toute l'année, elle se nourrissent intégralement d'herbe et de foin. Boucher de formation, Antoine maîtrise tout le cycle de la naissance à la maturation. À noter que c'est aussi lui qui découpe la viande de boeuf bazadaise de Bérénice Walton. C'est un vrai plaisir de travailler avec un passionné comme Antoine !

Dominique et Jean-Marc Gaillard | Les Alluets-Le-Roi, Yvelines | Arboriculture | Fruits
À quelques kilomètres de Paris, Dominique et Jean-Marc mettent en valeur 29 ha destinés exclusivement aux productions fruitières traditionnelles de la région : poires, pommes, fruits rouges et prunes. Installés sur des terres limono-argileuses, les deux frères travaillent leurs arbres en agriculture biologique.

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.

Gaël Machet | Alpage de Ritord, Savoie | Eleveur - Fromager - Affineur | Beaufort Châlet d'Alpage
Gaël nous offre un Beaufort d'exception, complexe, avec des notes florales et beaucoup de plaisir à la clé ! Résultat d'un minutieux travail mené par Gaël de juin à fin septembre dans son alpage de Ritord, à 2000m d'altitude. Sa centaine de vaches profite des parcours qu'il leur concocte quotidiennement pour suivre la pousse de l'herbe magnifique qui entoure l'alpage.

Xavier Raffault | Crouzilles, Indres et Loire | Légumineuses
Xavier s'est installé depuis près de 10 ans à Crouzilles où il cultive en agriculture biologique des céréales et légumineuses. Xavier est engagé dans la sauvegarde et le développement des semences paysannes qu'il a choisi naturellement de cultiver dans ses champs. Il produit également des farines et des huiles pour le plus grand bonheur de ses fidèles clients. Xavier prouve que l'on peut faire de la grande culture engagée et à taille humaine.

RETROUVEZ LES AUTRES RÉSISTANTS DU JOUR SUR LE PETIT LIVRET PRÉSENT SUR VOTRE TABLE ET SUR WWW.LESRESISTANTS.FR/RESISTANTS

N'HÉSITEZ PAS A NOUS POSER DES QUESTIONS SUR LEUR TRAVAIL ET LEURS PRODUITS !