



PRODUITS BRUTS

À PARTAGER

Huitres naturelles de pleine mer (X6) ... 12

Jean Noel & Tifenn Yvon (Morbihan)

Jambon de cochon Noir de Bigorre ... 12

Julie et Pierre Grau (Pyrénées-Atlantiques)

Boeuf séché au poivre ... 8

Emmanuel Chavassieux (Haute Loire)

Beaufort Chalet d'Alpage, confiture de poire Comice ... 9

Gael Machet (Savoie)

Fourme de Valcivières, confiture de poire Comice, noix ... 9

Laurent & Albane Dumont-Saint Priest,

Emmanuel Durand (Puy-de-Dôme)

LA CUISINE DU JOUR

06.02.18

- Maquereau du Guilvinec cuit au sel, betteraves Chioggia et ronde de Detroit ... 8

- Huitres de pleine mer naturelles servies chaudes ... 8

- Velouté de potimarron Red Kuri, émulsion au thym ... 6.5

- Saint-Jacques de plongée de Saint-Malo, carottes Nantaises, pourpres et jaunes du Doubs, clémentine tardive de janvier de San Giuliano (Corse) ... 21

- Pièce de veau Corse de Guillaume Filippi, céleri rave Monarch, navets boule d'or et blanc globe à collet violet, chou kale ... 19

- Assiette de légumes de Fabienne & Gregoire Desnoulz: panais demi-long de Guernesey, choux de Bruxelles, betteraves ronde de Detroit, carottes Nantaises, pourpres et jaunes du Doubs ... 14

- Tarte au chocolat, praliné amande/noisette ... 6.5

- Paris-Brest, confiture de lait, café «La Goutte d'Or» de chez Lomi ... 8.5

- Poire conférence, streusel noisette, fromage blanc, clémentine tardive de janvier et sorbet citron Eureka confit de San Giuliano (Corse) ... 8.5

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



L'ÉQUIPE DU JOUR

En cuisine CLÉMENT Desbans (Chef) | GAETAN Coculo | BAKARY Dicko | ANAS Alladee
En salle ANTOINE Tournier | ROMAIN Seigle-Vatte | MARC Chauvin | YANNICK Laurent

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

www.lesresistants.fr



NOTRE CHARTE QUALITÉ

CHARTRE 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 CRITÈRES ADDITIONNELS POUR CHAQUE PRODUIT entrent en ligne de compte dans nos choix.

Vous trouverez par exemple **uniquement**:

- Des légumes de **variété population**
- De la viande et des produits issus d'élevages
 - (i) de **racés 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 œnologiques** 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 œnologiques industrielles, la chaptalisation, l'acidification** etc.

QUELQUES RÉSISTANTS 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.

Guillaume Filippi | Linguizzetta, Corse | Eleveur | Viande de veau corse
Après une carrière dans la restauration et au moment où son père cesse son activité viticole et fruitière, il réalise la nécessité de poursuivre la voie tracée par ses aïeux. Sur les quatre-vingt hectares de terre disponibles, il décide de pratiquer un élevage extensif de bovins. Son seul credo pour obtenir une viande de qualité : de l'herbe et de l'espace ! Il choisit donc naturellement l'agriculture biologique et la race corse. Les veaux sont élevés sous la mère à l'ancienne. Chaque jour, il fait parcourir des kilomètres à ses vaches pour leur offrir les meilleurs pâturages.

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.

Jean-Noël & Tifenn Yvon | Ria d'Étel, Morbihan | Ostréiculture | Huîtres naturelles

Homme de conviction et de transmission, Jean-Noël est une véritable bible de l'ostréiculture. Il défend depuis des années une ostréiculture traditionnelle et respectueuse de l'environnement. Huîtres de captage naturel uniquement, semées au sol ou mises en poches sur tables, faibles densités: les huîtres de Jean-Noël ne font pas le tour de France avant d'arriver dans nos assiettes. Les huîtres ont du caractère, une magnifique mâche et un goût unique. Elles sont de la ria d'Étel, un des endroits les plus magiques que nous ayons vu, et de nulle part ailleurs.

Jean-Jacques Laurent | Sainte-Lucie de Porto-Vecchio, Corse | Agrumiculteur, arboriculteur, maraîcher | Clémentine, mandarine, pomelos, citron

Sur les près de 21 hectares de son Jardin de la Testa, dominé par le Monte Calcinu, dans le Sud Corse, Jean-Jacques cultive en agriculture biologique. Depuis près de 15 ans, Jean-Jacques s'occupe avec passions de ses terres, qu'il a mis trente ans à rendre exploitable. Un travail de titan pour faire renaître cet incroyable terroir qui donne aux fruits et légumes de Jean-Jacques une saveur et une singularité qui les rendent uniques.

Pierre Grau | Montausy, Gers | Elevage - Salaisonier | Jambon Noir de Bigorre, Chorizo, ventrèche roulée, ventrèche

Pierre est investi dans la défense du **porc Noir de Bigorre** depuis son installation en 2009. Pierre prône un **élevage extensif et naturel**. Ses porcs vivent toute l'année en plein air sur les **25 ha de prairies vallonnées et forêts de chênes** que compte la ferme. Ils consomment quotidiennement **l'herbe des prairies, des céréales locales (orge, triticale, blé, seigle) et selon la saison, des glands, des faines et des châtaignes**. Les porcs sont élevés minimum 12 mois (14 en moyenne) jusqu'à peser 150-160kg.

RETROUVEZ LES AUTRES RÉSISTANTS DU JOUR SUR LE
PETIT LIVRET PRÉSENT SUR VOTRE TABLE
ET SUR WWW.LESRESISTANTS.FR/RESISTANTS
N'HÉSITÉZ PAS A NOUS POSER DES QUESTIONS SUR
LEUR TRAVAIL ET LEURS PRODUITS !