



LA CUISINE DU SOIR

02.07.2020

Le pain de ce soir nous vient directement de chez Maxime Bussy (Le Bricheton)

- Coques sauvages de Batz-sur-Mer, pommes de terre Charlotte, tagète ... 9
- Soupe de lentilles Beluga de la Ferme de Fontaine, basilic, amandes* Lauranne d'Hélène et Denis de Welle, huile de noix* de Catherine Duboucher ... 7,5
- Betterave Noire d'Egypte, fromage blanc de Normandie de Stéphanie Conrad, menthe des montagne ... 8
- Boeuf de race Armoricaïne de Masayo Hirano & Jackie Malardé, navet Boule d'Or, carottes Amsterdam, blettes à cardes multicolore, sauge ... 20
- Tartare de thon Germon de Saint-Jean-de-Luz, aubergine Black Pearl, limequat de Jean-Marc Gandoin, tomates Marmande & Cœur de Bœuf, ishikura, laitue Celtuce, fleurs d'oseille, persil ... 24
- Courgettes Golden Rush & Blanche de Sicile, pois chiches de la Ferme de Fontaine, haricots plats, ail nouveau, kumquat Marumi de Jean-Marc Gandoin, estragon ... 16
- Morbier de La ferme de Laisia & orange Cara Navel de Jean-Marc Gandoin ... 9
- Tangor Murcott & orange Salustiana de San Giuliano, financiers à la noisette* de Cervione, sorbet au lait et au foin de Normandie de Stéphanie Conrad... 9
- Framboises et caseilles de la ferme des Trois Parcelles, sablé breton à la fleur de sel, crème crue de Normandie, verveine... 9,5
- Rhubarbe Victoria, clou de girofle, crumble à la farine d'épeautre de la ferme du Chaillois, glace au miel d'automne du Cap Corse de Marlène Hahusseau ... 8,5

TOUS NOS PRODUITS EN SALLE ET EN CUISINE 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 et bruts | Respect des saisons | Fait Maison | Appro. en direct | Transparence | 0 gâchis etc.

-

L'ÉQUIPE DU SOIR

En cuisine CLEMENT Desbans (Chef) | ANAS Alladee | IBRAHIM Dicko | AMINE Bouaoune

En salle ANTOINE Marolles | CLAIRE Bouin | YASSINE Foukhri

Taxes et services compris, prix en euros TTC, Chèques non acceptés, origines des viandes: France

*présence d'allergène - rapprochez vous du serveur pour de plus amples informations

www.lesresistants.fr



NOTRE CHARTE QUALITE

CHARTRE GENERALE

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/méthodes).
- N° 6. Travailler selon une agriculture paysanne et 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 SPECIFIQUES

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 / semences paysannes**
- De la viande et des produits issus d'élevages
 - (i) de **racés rustiques / locaux** (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, dés herbant, etc.)
- **Les légumes hybrides F1**
- **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 RESISTANTS 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 tanguie 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...

Jean-Marc Gandoin | Penta-di-Casinca, Corse, Agrumiculteur

Jean-Marc est un véritable passionné d'agrumes et un spécialiste reconnu. C'est notre ami Bruno Tomu de l'INRA, avec qui nous travaillons depuis plus d'un an, qui nous a présenté Jean-Marc. Il n'est autre que le prédécesseur de Bruno à l'INRA en charge de la magnifique et unique collection d'agrumes de l'Institut. Une fois sa retraite arrivée, Jean-Marc a pu se consacrer à la constitution d'un verger, près de Bastia, dont il bichonne les dizaines de variété de citrons, d'orange de kumquats et autres cédrats. Le domaine eût tenu en agriculture biologique mais ce qui marque vraiment quand on rencontre Jean-Marc, c'est l'amour qu'il donne à ses agrumes et la passion et l'humilité avec laquelle il transmet son incroyable savoir. C'est une fierté immense d'avoir la chance de vous offrir un petit peu de coin de paradis

Jackie et Masayo Mallardé | Trémargat, Côtes d'Armor | Eleveur de boeuf de race armoricaine

Quel immense joie que d'enfin pouvoir vous présenter la viande et le travail de Jackie et Masayo! Nous devons beaucoup à ces deux passionnés qui ont été des acteurs majeurs de la biodiversité en luttant depuis plus de 20 ans pour préservation de la race armoricaine. Jackie et Masayo élèvent une trentaine de vaches et boeufs en agriculture biologique, sur de vastes prairies naturelles. Les vaches sont bien sûr nourries uniquement à l'herbe (foin en hiver). Jackie produit son foin et son fourrage. C'est également un vrai adepte de la méthode Pochon. La viande de boeuf armoricain offre par ailleurs un persillé et un goût unique. Nous sommes vraiment honorés de la confiance que Jackie et Masayo nous font.

Hélène & Denis de Welle | Saint-Martin-de-Crau, Bouches-du-Rhône | Arboriculteur | Amandes de Provence

Denis mène une exploitation de 80 hectares dont 15 hectares utilisés pour la production d'amandes. Les variétés cultivées sont les plus emblématiques de la région, Lauranne et Ferragnès. Denis fait partie des derniers à continuer à produire "l'Amande de Provence" et un des seuls en agriculture biologique. Âgé de 25 ans les arbres ont été recepés il y a 15 ans. Denis pratique par ailleurs le pastoralisme: le verger de est doté d'une couverture végétale intégrale et naturelle au sol. La gestion de cet enherbement s'effectue par le pâturage des moutons d'un berger voisin.