

LES
RÉSISTANTS
LE COMPTOIR

LA CUISINE DE CE MIDI

07.07.2022

PLAT	16,00
ENTRÉE + PLAT ou PLAT + DESSERT	19,00
ENTRÉE + PLAT + DESSERT	22,00

ENTREES

- **Carpaccio de navet à collet violet**, condiment abricot Orangered, piment d'Espelette, betterave Ronde de Détroit, sarrasin, basilic citron
- **Salade de moules de l'île Dumet**, concombre Noa, crème à l'hélichryse, groseille, crackers au levain naturel

PLATS

- **Saucisse de porc Longué au chou kale et à l'hysope**, mayonnaise fromage blanc basilic citron, chou kale Nero di Toscana, radis Raxe, purée de pois cassés
- **Tartare de bonite à dos rayé de Capbreton**, framboise Polka, betterave Chioggia, haricots verts Cupidon, coulis d'oseille, basilic thaï. **(+2 €)**
- **Petits farcis de courgette Ortolona di Faenza**, épeautre, Fait à la ferme, oreille du diable, courgette Gold Rush, olive Tanche, crème de fèves Aguadulce, basilic pourpre

FROMAGE

- **Cœur cendré de brebis**, pickles de cerise Summit **(+4,5€)**

DESSERTS

- **Crumble de rhubarbe Victoria et framboise Polka**, petit épeautre, crème sarriette, sirop de fraise Dely
- **Soupe de pêche Carla**, nectarine Monrene, meringue

TOUTS NOS PRODUITS EN SALLE ET EN CUISINE RESPECTENT STRICTEMENT NOTRE CHARTE DE QUALITÉ (voir au dos).
TOUTS 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 | Appr. en direct | Transparence | 0 gâchis etc.

L'ÉQUIPE DU MIDI

En cuisine Marie Conquet

En salle Raphaël Delfino

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

LE PROJET LES RESISTANTS



NOS CHARTES

DEFENDRE L'AGRICULTURE PAYSANNE ET LE METIER D'ARTISAN-CUISINIER

Projet né en 2015, Les Résistants vise avant tout à créer des **moments de partage, de convivialité et de plaisir autour de jolis plats et de belles bouteilles.**

Mais pas seulement! C'est aussi une volonté de:

- **Défendre le travail de celles et ceux qui, quotidiennement, résistent** à la domination du modèle agricole productiviste ainsi qu'à l'industrialisation, la standardisation et la déshumanisation de notre alimentation
- Promouvoir, à travers eux et leurs produits, une **agriculture paysanne et écologique**
- Proposer une **cuisine nourricière** fondé sur des produits **bons, propres et justes**
- Participer aux combats permettant **l'indépendance et l'émancipation** des paysans et artisans

Les Résistants, c'est également: **6 ans de recherche, de voyages, plus d'un milliers de fermes visités et autant de rencontres passionnantes, parfois déroutantes, toujours enrichissantes.**

C'est ce méticuleux **travail de terrain** qui nous permet de faire de **vrais choix** et de pouvoir parler d'**engagement**
Engagement auprès du monde paysan et associatif mais également au sein du restaurant: s'adapter et changer la carte quotidiennement en fonction de ce que la nature nous donne, travailler des carcasses entières, utiliser uniquement des produits bruts, ne rien jeter etc. **Se réapproprié ces savoir-faire** est pour nous fondamentale pour imaginer un autre modèle agricole et alimentaire.

CHARTRE GENERALE

- 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 PAR PRODUIT

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

Vous trouverez plus d'infos sur <https://www.lavantposteparis.fr/projet/>

NOS AUTRES LIEUX

PRODUCTEURS DU JOUR

Gwell, fromage blanc, beurre, crème, lait cru: **Ferme des Sept Chemins (44) - AB**

Porc longué: **David Terrien (49) - AB**

Moules: **Ile Dumet (44)**

Rhubarbe, oseille, concombre, fèves, courgette, radis, framboises: **Ferme des 3 Parcelles (45) - AB**

Bonite: **Capbreton (40)**

Navet, betterave, fraises, groseille: **Potager des 4 Vents (62) - AB**

Melon, aubergine: **André Aude (84) - AB**

Œufs: **Didier Chevée (28) - AB**

Olive: **La Césarde (84) - AB / DEMETER**

Sarrasin: **Thierry Bonnier (49) - AB**

Petit épeautre, pois cassés: **Ferme de Fontaine (77) - AB**

Farine de seigle: **Ferme du Chaillois (77) - AB**

Menthe, basilic, haricots verts, sarriette, oreille du diable, hélichryse: **Jardins de la Perrière (22) - AB / N&P**

Cœur cendré et Yaourt de Brebis: **Val Primbert (61) - AB**

Abricots, pêches et nectarines: **Famille Cribaillet (66) - AB**

Cerises: **Famille Joumond (84) - AB**

Pain au levain et blé de pays: **Les Résistants - L'Épicerie (farines blé de pays bio de la ferme du Chaillois (77))**

Huile d'olive: **Famille Barlos (GR) - Conv. AB**

Gros sel, Fleur de sel: **Corentin Barbier (85) - N&P**

Sucre blond: **Biorgania - AB**

L'AVANT - POSTE
7 RUE DE LA FIDÉLITÉ CODE POSTAL
RESTAURANT P - 75010

Cuisine engagée



ÉPICERIE - CAVE
LES RÉSISTANTS
ARTISANAT CULINAIRE

L'AVANT-POSTE

7 rue de la fidélité 75010 Paris (800m d'ici)

Une cuisine végétale créative et gourmande imaginée par **Gaëtan** et son équipe mettant en avant l'univers gustatif fantastique des **légumes de variétés population / issus de semences paysannes.**

LES RESISTANTS

16 rue du château d'eau 75010 Paris (la porte d'à côté!)

Notre adresse historique orchestrée par **Clément (cuisine) et Claire (salle).** **Une cuisine instinctive** mettant en avant le travail et les produits de notre réseaux de producteurs.

LES RESISTANTS - EPICERIE-CAVE

29 rue du château d'eau 75010 Paris (à 100m d'ici)

Fruits et légumes, fromages, crèmerie, viande, bœufs... **vous pouvez y faire toutes vos courses** en achetant des produits **uniquement issus de notre réseau de producteurs.**

Tous les produits sont **préparés sur place par Morvane et Julien.** Vous y trouverez une multitude de petits trésors culinaires ainsi qu'une **une cave avec + de 200 références de vins naturels** et les conseils avisés d'**Altan & Eliott**

LES
RÉSISTANTS
LE COMPTOIR

CARTE DU SOIR

06.07.2022

Le pain de ce soir nous vient directement de...chez nous (29 rue du château d'Eau Paris 10)

- **Lonzu de porc Nustrale**, pickles de légumes... **12**
- **Chinchard de Capbreton fumé par nos soins au bois de hêtre**, Gwell aigre doux, rhubarbe Victoria, groseille, menthe Nanah, navet à Collet Violet, kombu... **12**
- **Salers Tradition**, condiment abricot Orangered & piment d'espelette... **9**
- **Cœur de brebis cendré**, compotée de rhubarbe Victoria & groseille... **9**

- **Melon Charentais**, jambon de porc Nustrale, concombre Noa, sarriette, réduction de vin rouge... **13**
 - **Croquetas de volaille Cou Nu**, mayonnaise au basilic Citron... **11**
 - **Tablier de sapeur de vache Froment du Léon**, sauce BBQ à la betterave ronde de Détroit & piment Habanero **10**
- **Tortilla d'œuf fermier**, kimchi de fane de radis Raxe, « Fait à la ferme », basilic cannelle, haricots Cobra, pomme de terre Rose de France, crème de courgette Black Beauty ... **9**
- **Pâté en croûte de volaille Cou nu**, basilic citron, radis Glaçon, gel au vinaigre de Cidre & estragon... **12**
 - **Crème d'aubergine Dourga** brûlée, fromage blanc fermier, crackers au levain naturel ... **7**
 - **Moules de Pîle Dumet**, émulsion marinière à l'hélichryse ... **11**
- **Arancino de riz rond blanc de Camargue**, champignons de Paris & Lentin du Chêne, Bleu de Laqueuille, crème à l'oseille, ventrèche de Porc Nustrale... **8**

- **Trou Normand au Gin Awen**, sorbet pêche Carla & basilic pourpre, meringue... **7**

- **Glace au praliné sarrasin**, caramel au petit lait, chips de pain... **6**
 - **Tarte au fromage blanc**, seigle, pêche Carla, verveine... **8**

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 Marc-Hi Jandrain

En salle Altan Yasar

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

LE PROJET LES RESISTANTS



NOS CHARTES

CHARTRE GENERALE

DEFENDRE L'AGRICULTURE PAYSANNE ET LE METIER D'ARTISAN-CUISINIER

Projet né en 2015, Les Résistants vise avant tout à créer des **moments de partage, de convivialité et de plaisir autour de jolis plats et de belles bouteilles**.

Mais pas seulement! C'est aussi une volonté de:

- **Défendre le travail de celles et ceux qui, quotidiennement, résistent** à la domination du modèle agricole productiviste ainsi qu'à l'industrialisation, la standardisation et la déshumanisation de notre alimentation
- Promouvoir, à travers eux et leurs produits, une **agriculture paysanne et écologique**
- Proposer une **cuisine nourricière** fondé sur des produits **bons, propres et justes**
- Participer aux combats permettant **l'indépendance et l'émancipation** des paysans et artisans

Les Résistants, c'est également: **6 ans de recherche, de voyages, plus d'un milliers de fermes visités et autant de rencontres passionnantes, parfois déroutantes, toujours enrichissantes.**

C'est ce méticuleux **travail de terrain** qui nous permet de faire de **vrais choix** et de pouvoir parler d'**engagement**

Engagement auprès du monde paysan et associatif mais également au sein du restaurant: s'adapter et changer la carte quotidiennement en fonction de ce que la nature nous donne, travailler des carcasses entières, utiliser uniquement des produits bruts, ne rien jeter etc. **Se réapproprié ces savoir-faire** est pour nous fondamentale pour imaginer un autre modèle agricole et alimentaire.

- 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. Entretien patrimoine agricole/culinaire et savoir-faire
- N° 10. Valoriser les ressources locales (agricoles, humaines, techniques).

CHARTES SPECIFIQUES PAR PRODUIT

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

Vous trouverez plus d'infos sur <https://www.lavantposteparis.fr/projet/>

PRODUCTEURS DU JOUR

Gwell, fromage blanc, beurre, crème, petit lait, lait cru: **Ferme des Sept Chemins (44) - AB**

Porc Nustrale: **Pierre-Antoine et Stéphanie Battini (2B)**

Vache Froment du Léon: **Ferme du Wern (22) - AB**

Moules: **Ile Dumet (44)**

Rhubarbe, oseille, concombre, fèves, courgette, piment, verveine, radis, framboises: **Ferme des 3 Parcelles (45) - AB**

Kombu: **Algolesko (29) - AB**

Navet, betterave, fraises, groseille: **Potager des 4 Vents (62) - AB**

Melon, aubergine: **André Aude (84) - AB**

Œufs: **Didier Chevée (28) - AB**

Olive: **La Césarde (84) - AB / DEMETER**

Volaille Cou Nu: **La ferme de Beauce (28) - AB**

Champignons: **Bruno et Sandrine Zamblera (95) - AB**

Sarrasin: **Thierry Bonnier (49) - AB**

Petit épeautre: **Ferme de Fontaine (77) - AB**

Farine de seigle: **Ferme du Chaillois (77) - AB**

Riz: **Mas de Valériole (13) - AB**

Menthe, basilic, haricots verts, sarriette, oreille du diable, pdt, hélichryse: **Jardins de la Perrière (22) - AB / N&P**

Bleu de Laqueuille: **GAEC des Etoiles (63) - AB**

Salers Tradition: **Guy Chambon (15)**

Fait à la ferme: **Val Primbert (61) - AB**

Farine de seigle: **Ferme du Chaillois (77) - AB**

Pêches et nectarines: **Famille Cribaillet (66) - AB**

Huile d'olive: **Famille Barlos (GR) - Conv. AB**

Vinaigre de cidre: **Famille Derouault (61) - AB**

Gros sel, Fleur de sel: **Corentin Barbier (85) - N&P**

Sucre blond: **Biorgania - AB**

Gin: **Awen Nature (22) - AB**

Pain au levain et blé de pays: **Les Résistants - L'Épicerie (farines blé de pays bio de la ferme du Chaillois (77))**

NOS AUTRES LIEUX

L'AVANT - POSTE
7 RUE DE LA FIDÉLITÉ - CODE POSTAL
RESTAURANT F - 75010
Cuisine engagée



ÉPICERIE - CAVE
LES RÉSISTANTS
ARTISANAT CULINAIRE

L'AVANT-POSTE

7 rue de la fidélité 75010 Paris (800m d'ici)

Une cuisine végétale créative et gourmande imaginée par **Gaëtan** et son équipe mettant en avant l'univers gustatif fantastique des **légumes de variétés population / issus de semences paysannes**.

LES RESISTANTS

16 rue du château d'eau 75010 Paris (la porte d'à côté!)

Notre adresse historique orchestrée par **Clément (cuisine) et Claire (salle)**. **Une cuisine instinctive** mettant en avant le travail et les produits de notre réseaux de producteurs.

LES RESISTANTS - EPICERIE-CAVE

29 rue du château d'eau 75010 Paris (à 100m d'ici)

Fruits et légumes, fromages, crèmerie, viande, bœufs... **vous pouvez y faire toutes vos courses** en achetant des produits **uniquement issus de notre réseau de producteurs**.

Tous les produits sont **préparés sur place par Morvane et Julien**. Vous y trouverez une multitude de petits trésors culinaires ainsi qu'une **une cave avec + de 200 références de vins natures** et les conseils avisés d'**Altan & Eliott**