

05.02.2023

LE BRUNCH

30 €

BOISSON CHAUDE

CAFÉ de chez Lomi
ou
INFUSION de la Ferme des Collines

BOISSON FROIDE

JUS DE FRUITS
(pomme, raisin, abricot, pêche...)

BISCUIT GÉNOISE

Crème orange, kumquat, orange sanguine, tuile

CARPACCIO DE NAVET A COLLET VIOLET DE LA FERME DE KERGALAON (PLOUGONVER, CÔTES-D'ARMOR)
Condiment orange maltaise, kaktugi, gwell de vache froment de Léon, graines de sarrasins torréfiées

-
RÔTI DE VEAU PIRENEICA DE JEAN-MARIE OÇAFRAIN (BANCA, PYRÉNÉES-ATLANTIQUE)
Betteraves noires d'Egypte, pickles de betterave

-
EPERLANS FRITS (SAINT-JEAN-DE-LUZ, PYRÉNÉES-ATLANTIQUES)
Mayonnaise à l'huile de tournesol et piment d'Espelette, mesclun

BALLOTINE DE VOLAILLE GÂTINAISE FARCIE DE PIERRE-NICOLAS GRISEL (MILLY-LA-FÔRET, ESSONNE) **(+2 €)**
Duxelles de champignons de Paris, polenta de maïs grand roux, carottes rôties et pickles, jus de viande

-
RAGOÛT DE HARICOT DE GRAINES ET GRIGNOTE (ROUVROY LES MERLES, OISE)
Moules, émulsion de sauge

-
TOPINAMBOUR DE LA FERME DES TROIS PARCELLES (YEVRE-LA-VILLE, LOIRET)
Purée de topinambour, sabayon au café Lomi, amandes torréfiées, pourpier d'hiver

ASSIETTE DE FROMAGES (+4,5 €)

TARTE **CRÈME AU CAFÉ DE LOMI** (PARIS XVIII)
Crème diplomate au café, meringue

-
TIRAMISU AU MASCA'WERN DE LA FERME DU WERN (PLOUBEZRE, CÔTE D'ARMOR)
Biscuit cuillère, café de lomi

-
POIRE CONFÉRENCE POCHÉE DES JARDINS DE GAÏA (CHEVAL BLANC, VAUCLUSE)
Crumble de seigle, crème au gwell, caramel au beurre salé

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 | en direct | Transparence | 0 gâchis etc.

L'ÉQUIPE DU MIDI

En cuisine GASPARD De Rancourt | GUILLAUME Delacour | FAWMEY Nordeen | JOELE Dicosimo | EMILIE Bianchi | ZOE Bau

En salle CLEOPHIE Pirani | CLARA Letronnier | HADRIEN Sohy | REMI Pezeret

T. 09.81.41.01.07 — WWW.LAVANTPOSTEPARIS.FR — CONTACT@LAVANTPOSTEPARIS.FR.....

FACEBOOK.COM/LAVANTPOSTEPARIS, INSTAGRAM.COM/LES_RESISTANTS..... *Cuisine engagée*.....

LE PROJET L'AVANT-POSTE

DEFENDRE LA BIODIVERSITE CULTIVEE

Nous voulons avec ce restaurant défendre la **valeur fondamentale que représente la biodiversité cultivée**, ici à travers **le prisme de la cuisine**.

Les semences paysannes (ou variétés « population ») représentent un combat majeur pour notre liberté alimentaire et contre la privatisation du vivant ainsi qu'un enjeu déterminant de notre adaptation au réchauffement climatique.

Chaque soir, l'équipe de l'Avant-Poste vous propose une **dizaine de plats chacun imaginés autour d'une variété potagère, céréalière ou fruitière afin de mettre en évidence sa singularité** (comme représentant d'une population végétale, cultivée par un.e producteur.rice, dans un sol, une géographie et des conditions climatiques spécifiques).

Depuis notre restaurant, nous visons ainsi à **(i) démontrer l'intérêt gustatif de cette biodiversité cultivée** tout en **(ii) assistant le travail de sélection variétal** de nos ami.e.s maraîcher.e.s mais aussi arboriculteur.rice.s, producteur.trice.s de légumineuses & céréales etc.

La « **biodiversité élevée** », si elle n'est pas centrale à l'Avant-Poste, est importante à nos yeux et détermine nos choix dans la sélection des autres producteur.rice.s et produits présents à la carte.

NOS AUTRES LIEUX

LES
RÉSISTANTS
LE COMPTOIR

ÉPICERIE — CAVE
LES **RÉSISTANTS**
ARTISANAT CULINAIRE

LES RESISTANTS - LE COMPTOIR

18 rue du château d'eau 75010 Paris (à 10 min à pied d'ici)

Un lieu convivial, ouvert dès 18h, une cuisine de comptoir (d'autres dirait « canaille ») orchestrée par Marc-Hippolyte et une magnifique carte avec avec + de 350 références de vins natures!

LES RESISTANTS - EPICERIE-CAVE

29 rue du château d'eau 75010 Paris (à 10 min à pied 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 Julien. Vous y trouverez une multitude de petits trésors culinaires ainsi qu'une cave avec + de 200 références de vins natures et les conseils avisés d'Altan & Eliott

NOS CHARTES

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/>

Vous trouverez par exemple uniquement:

- Des légumes de **variété population**
- De la viande et des produits issus d'élevages
 - (i) de **raças rustiques / locales**
 - (ii) en **plein air intégral**
 - (iii) en **respectant la croissance naturelle des animaux**
 - (iv) **nourris naturellement et localement**
 - (v) à **taille humaine**
- Des vins et spiritueux issus de raisins cultivés naturellement et récoltés manuellement puis vinifiés sans intrants œnologiques** (excepté une dose minimale de SO2)

Par ailleurs, sont par exemple proscrits:

- L'ensilage** dans l'alimentation bovine
- Tous les produits de synthèse** (pesticides, désherbant, etc.)
- Les légumes hybrides F1**
- Les additifs (ex. dextrose)**
- Tous procédés visant à désaisonnier** (ex. huîtres triploïdes)
- Les levures exogènes et les enzymes œnologiques industrielles, la chaptalisation, l'acidification etc.**