

## LA CUISINE DE CE MIDI

24.09.2019

<b>PLAT</b>	<b>14,00</b>
<b>ENTRÉE + PLAT ou PLAT + DESSERT</b>	<b>16,50</b>
<b>ENTRÉE + PLAT + DESSERT</b>	<b>18,50</b>

---

*Le pain de ce midi nous vient directement de chez Christophe Fertillet (Levain, Le vin)*

- Brandade de mullet Doré d'Arcachon, coulis de persil plat, radis Rose

- Gaspacho de melon Zuccherino, échalotes du Père Lapin, vinaigre de cidre du Champs Possible

-

- Cochon Berkshire fermier d'Antoine Raoul, lentilles Beluga de la ferme de Fontaine, carottes Jaune, potimarron Ushiki Kuri, thym

- Pélamide de Saint-Jean-de-Luz, pommes de terre Serpo Mira, foin, oignons Red Baron, rhubarbe Victoria,  
tomates Marmande, ficoïde Glaciale **(+4€)**

- Tomates Cornues des Andes, coulis de poivrons Doux des Landes, pois chiche de la ferme de Fontaine,  
crumble de pain au levain naturel de Maxime Bussy

-

- Prunes Stanley, betteraves Ronde de Detroit, tuiles, rhubarbe Victoria

- Poire Guyot, beurre demi-sel et crème crue de Normandie de Stéphanie Conrad, confiture de lait, crumble d'amande\*

---

### LE FROMAGE DU JOUR

**Salers Tradition** de Guy Chambon (Cantal) ... 9

### VERRES / PICHETS

	<b>12,5cl</b>	<b>37,5cl</b>	<b>50cl</b>
Les P'tits gars 2018, Oratoire St Martin	5,5	17	22
Blanc au litre 2018, J.P Rietsch	5,5	17	22

---

**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.

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

FACEBOOK.COM/LAVANTPOSTEPARIS, INSTAGRAM.COM/LES\_RESISTANTS..... *Cuisine engagée*.....

# NOTRE CHARTE QUALITE

# QUELQUES RESISTANTS DU JOUR

## 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 / 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 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.**

### 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 tangué 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.

### CYRILLE MORINEAUX | SAINT-CYR-LA-ROSIÈRE, ORNE |

#### MARAÎCHAGE ET ARBORICULTURE

Véritable coup de cœur que Cyrille et ses produits ! Cyrille était jusqu'à récemment informaticien en région parisienne avant de complètement se réorienter vers l'agriculture et le maraîchage ! Installé dans le Parc Naturel Régional du Perche, Cyrille cultive sur 60 ares en agriculture biologique de magnifiques légumes de variété population. Il s'occupe également d'un verger de pommes et de poires. Il parle de ses légumes comme il les bichonne, avec amour et avec soin. Inutile de dire que le goût est au rendez-vous !

### GUY CHAMBON | SAINT-MARTIN VALMEROUX, CANTAL |

#### ELEVEUR, FROMAGER | FROMAGE SALERS TRADITION

Installé depuis 1976, Guy est une figure emblématique du Salers Tradition. Il fait partie des 5 derniers éleveurs (avec Charlotte Salat, dont vous avez déjà pu apprécier le fromage l'année dernière). Guy est également un des derniers à poursuivre la tradition d'estive dans un buron (maison de montagne traditionnel auvergnate), celui de l'aldour (1240m d'altitude) et à traire ses vaches dehors, en pleine nature. Pour rappel, le Salers Tradition est exclusivement fabriqué à partir de lait de vaches de la race salers. Autant vous dire qu'on parle d'un mode d'élevage ultra-extensif et naturel. 55 vaches, montagne, herbe de prairies naturelles, foin, espace, beaucoup d'amour et de passion pour un fromage unique ! A noter que Guy préfère depuis quelques années confier l'affinage à un affineur local d'Aurillac.

### ANTOINE RAOUL | LANVELLEC, CÔTES-D'ARMOR |

#### VIANDE DE PORC BERKSHIRE

Antoine élève une centaine de porcs Berkshire sur 32 hectares de prairies vallonnées. Ses cochons sont toute l'année en plein air et nourris le plus naturellement possible. Aucun intrant chimique sur l'exploitation et des cochons qui grandissent à leur rythme (18 mois en moyenne). Un respect de l'animal et du temps que l'on retrouve dans l'assiette avec une viande ferme et goûteuse.