

LA CUISINE DU WEEK-END

05.10.2019

PAIN AU LEVAIN NATUREL DE JEAN-PHILIPPE MERKEL (BOULANGERIE CHARDON)**PAIN AU LEVAIN NATUREL** DE JEAN-PHILIPPE MERKEL (BOULANGERIE CHARDON)**7€**
perdu, confiture de lait, fleur de sel du Marais Breton**ŒUF FERMIER** DE LA FERME DE BEAUCE (EURE-ET-LOIRE)**8,5€**
en brouillade, poivrons Doux des Landes, croûtons de pain au levain naturel de Maxime BussyCromesquis **DE POIS CHICHE BLOND** DE CEDRIC SIENSKI (CHÂTEAU LANDON, SEINE-ET-MARNE, SOL ARGILO-CALCAIRE),**9,5€**
fromage blanc de Normandie, montée, oignons rouges de brunswick, lime de Tahiti, menthe ananas**COURGE SPAGHETTI** DE CHRISTOPHE ROUX (BEAUNE, CÔTE D'OR, ARGILO-CALCAIRE)**8€**
vinaigrette, tomates Caro Rich, cédrat Corse**TOMATE CORNUE DES ANDES** DE FABIENNE ET GREGOIRE DESNOULEZ (LESSAY, MANCHE, SOL SABLEUX-TANGUE).....**10€**
confite, crumble de pain au levain, caramel de tomates**CAROTTE NANTAISE** DE FABIENNE ET GREGOIRE DESNOULEZ (LESSAY, MANCHE, SOL SABLEUX-TANGUE)**9€**
glacée à la sarriette, panzetta de porc Nustrale de Pierre-Antoine Battini**HUITRES NATURELLES DE PLEINE MER** DE JEAN-NOËL & TIFENN YVON (RIA D'ETEL, MORBIHAN)**9€**
crème d'huître, rhubarbe VictoriaRÔTI DE **VEAU CORSE** DE GUILLAUME FILIPPI (LINGUIZZETTA, HAUTE-CORSE).....**13€**
en carpaccio, lime de Tahiti, tomates Lime Green, ficoïde glaciale, fenouil**SALERS TRADITION** DE GUY CHAMBON (SAINT-MARTIN VALMEROUX, CANTAL)**9€**
condiment et poudre de poire Guyot-----
CHOU NOISETTE DE CERVIONE D'ALAIN PIRAS (CERVIONE, HAUTE-CORSE).....**8,5€**
praliné noisette*CREME DE **PANAIS DEMI-LONG DE GUERNESEY** DE FABIENNE ET GREGOIRE DESNOULEZ (LESSAY, MANCHE, SOL SABLEUX-TANGUE)**8,5€**
poire Guyot, cédrat Corse, crumble d'amande***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 JOUR**En cuisine** GAETAN Coculo (Chef) | LOYSE Perret | MARC-HIPPOLYTE Jandrain | GABRIEL Coste | SOUNKHAROU Dicko**En salle** EMMANUELLE Leduc | ORIANE Jurado | ELISABETH DumonteilT. 09.81.41.01.07 — WWW.LAVANTPOSTEPARIS.FR — CONTACT@LAVANTPOSTEPARIS.FR.....
FACEBOOK.COM/LAVANTPOSTEPARIS, INSTAGRAM.COM/LES_RESISTANTS..... *Cuisine engagée*.....

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. Entretien 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
 - de **racés rustiques / locaux** (ex. vache Villard-de-Lans)
 - en **plein air intégral**
 - en **respectant la croissance naturelle des animaux** (ex. 12 mois min. pour un porc vs. 4 en industriel)
 - nourris naturellement et localement**
 - 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.**

QUELQUES PAYSANS 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 tange 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 | ELEVAGE | 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.

MAXIME BUSSY | PARIS | BOULANGERIE | PAIN

Difficile de décrire le travail de Maxime en quelques lignes. Maxime travaille uniquement de la farine de céréales de variétés paysannes et biologique, utilise le sel de la Salorge de Vertonne (Nature & Progrès) et utilise l'eau d'un puit artésien parisien qu'il va chercher en vélo plusieurs fois par semaine. L'ensemble de ses pains est réalisé en direct, pétri à la main à base d'un levain naturel de blés anciens qu'il a récupéré auprès d'un ami paysan boulanger. Le résultat, exceptionnel, est à la hauteur de son engagement.