

09.06.2021

PAIN AU LEVAIN NATUREL DE MAXIME BUSSY (LE BRICHETON)KIMCHI DE **BLETTE A CARDE MULTICOLORE** DE SIMON RONCERAY (YÈVRES-LA-VILLE, LOIRET, SOL ARGILLO-CALCAIRE) **8€**
Vinaigrette de céleri Rave Monarch/olive Tanche du domaine de la Césarde, quinoa de la ferme de FontainePANISSE DE **POIS CASSES** DE LA FERME DE FONTAINE (CHATEAU LANDON, SEINE ET MARNE, SOL ARGILLO-CALCAIRE) **7€**
Mayonnaise au piment d'Espelette de Stéphane MichelenaGASPACHO DE **COURGETTE BLACK BEAUTY** DE FABIENNE & GREGOIRE DESNOULEZ (LESSAY, MANCHE, SOL SABLEUX-TANGUE) **8€**
Algue Dulce du Lesconil (Finistère), rhubarbe Victoria, huile de romarinTARTELETTE DE **MENTHE POMME, MAROCAINE & DES MONTAGNES** DE FABIENNE & GREGOIRE DESNOULEZ
(LESSAY, MANCHE, SOL SABLEUX-TANGUE) **10€**
Sablé aux sarrasin de la ferme du Chaillois, courgette Alberello di SarzanaRAVIOLES DE **CHOU RAVE AZUR STAR** DE FABIENNE ET GREGOIRE DESNOULEZ (LESSAY, MANCHE, SOL SABLEUX-TANGUE) **9€**
Noisettes* de Cervione d'Alain Piras, mandarine Tangor Murcott de Jean-Marc Gandoïn, coriandre Caribe, miso de pois chiche
maison (kaji maison)PÂTÉ EN CROÛTE DE **VACHE BRETONNE PIE NOIRE** D'ANTOINE RAOUL (LANVELLEC, CÔTES D'ARMOR) **11€**
Carotte Nantaise, raisin Muscat des Jardins de Gaïa, sorbet de chou Cabus Kalibos/moutarde ardéchoise de Sylvain PetitBASSE CÔTE DE **VACHE BRETONNE PIE NOIRE** D'ANTOINE RAOUL (LANVELLEC, CÔTES D'ARMOR) **22€**
Carottes Nantaise, navets Marteau, échalotes nouvelles**MERLU DE LIGNE** DE SAINT JEAN DE LUZ (PYRENEES ATLANTIQUES) **19€**
Betterave Noire d'Egypte, courgette Alberello di Sarzana, basilic Thai, émulsion céleri Rave MonarchGNUDI DE **CRESSON BITTERCRESS** DE SIMON RONCERAY (YÈVRES-LA-VILLE, LOIRET, SOL ARGILLO-CALCAIRE) **16€**
Fromage blanc de Stéphanie Conrad, fèves Eléonora, pois gourmand Ambrosia, épinards Matador**FROMAGE DE CHEVRE « VENACAIS »** DE JACQUES MARIANI (AGHIONE, HAUTE-CORSE) **9€**
confiture de pommes Reinettes de Brive/coing de Cyrille MorineauxTARTELETTE **RHUBARBE VICTORIA** DE FABIENNE ET GREGOIRE DESNOULEZ (LESSAY, MANCHE, SOL SABLEUX-TANGUE) **8€**
Betterave Noire d'Egypte, sorbet au sureauPAVLOVA DE **KUMQUAT CHINOIS ET ORANGE VALENCIA LATE** DE L'INRA (SAN GIULIANO, HAUTE CORSE, SOL ALLUVIAL) **9€**
Crème de Lime du Brésil (INRA), granité de bergamote (INRA), meringue**OLIVES TANCHE DU DOMAINE DE LA CESARDE** (SOL ARGILLO-CALCAIRE) **9€**
« Gâteau de Savoie » au miel d'été du Cap Corse de Marlène Hahusseau, labneh maison, glace miel d'été du Cap Corse/olives
Tanche**TOUS NOS PRODUITS EN SALLE ET EN CUISINE RESPECTENT STRICTEMENT NOTRE CHARTRE 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 SOIR**En cuisine** GAETAN Coculo (Chef) | LOUISE Boiron | GIANNI Anton | FAWMEY Noordeen**En salle** JULIETTE Authier | LAUREEN Perrier | ADRIEN Martin | CYPRIEN de Boisrolin

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.

LES RESISTANTS

VOUS POUVEZ EGALEMENT DECOUVRIR NOTRE AUTRE ADRESSE, **LES RESISTANTS** situé au 16 rue du château d'eau 75010 Paris, à quelques centaines de mètres d'ici.

PANIER DE RESISTANCE

Vous voulez vous alimenter autrement?

Une bonne partie des produits que nous cuisinons au restaurant sont disponible via notre site

PANIER DE RESISTANCE

<https://panierderesistance.lesresistants.fr/>

NOS CHARTES

CHARTE 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. 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/>

Vous trouverez par exemple uniquement:

- Des légumes de **variété population**
- De la viande et des produits issus d'élevages
 - de **racés rustiques / locales**
 - en **plein air intégral**
 - en **respectant la croissance naturelle des animaux**
 - nourris naturellement et localement**
 - 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 désaisonner** (ex. huîtres triploïdes)
- Les levures exogènes et les enzymes œnologiques industrielles, la chaptalisation, l'acidification etc.**