

Consommation

Un menu gastronomique végétane pour la Fête de la gastronomie à Chartres

CHARTRES ART DE VIVRE - BIEN ÊTRE VIE PRATIQUE - CONSOMMATION SANTÉ - MÉDECINE

Publié le 21/09/2017



Les cuisiniers du restaurant Les Feuillantines, en basse ville de Chartres, proposeront un menu 100 % végétane, demain soir, à l'occasion de la Fête de la gastronomie. Mardi, ils se sont entraînés à préparer une tarte fine sablée à la confiture de tomate, avec caviar de légumes d'été et pesto. © photo : quentin reix

La cuisine végétane peut aussi être gastronomique. C'est ce que va tenter de prouver un restaurateur chartrain, demain, pour la Fête de la gastronomie.

Proposer un menu végétane et gourmand, sans aucun produit d'origine animale : ni viande, ni poisson, ni lait, ni miel, de l'entrée au dessert. Pour la 7^e édition de la Fête de la gastronomie, VegOresto, initiative de l'association L214, a lancé ce défi à vingt chefs, dans toute la France.

À Chartres, le patron du restaurant Les Feuillantines, Laurent Monnier, a accepté de relever le challenge. Demain soir, le restaurateur et son équipe proposeront, pour la première fois, un menu 100 % végétane.

“ On cuisinera des cèpes de la région. L'objectif est de jouer avec les produits de saison. ”

Laurent Monnier est ravi de se prêter au jeu, même s'il reconnaît avoir eu quelques sueurs froides, au moment de concocter son menu : « Il y avait déjà deux entrées adaptées sur notre carte. Le plus compliqué a été de trouver une idée pour le plat. Je me suis inspiré en regardant des blogs. Je ne voulais pas faire une simple assiette de légumes. »

Le restaurateur a donc opté pour des petits poivrons rouges farcis aux champignons et aux marrons : « On cuisinera des cèpes de la région. L'objectif est de jouer avec les produits de saison. »

“ A chaque fois que des clients nous sollicitent, on sait s'adapter ”

Derrière les fourneaux, les cuisiniers changeront leurs habitudes. Pour la préparation de la tarte fine sablée, servie en entrée, et pour le crumble, le beurre sera remplacé par de l'huile de pépins de raisin. Le blésotto d'asperges sera mijoté avec de la crème végétale.

Laurent Monnier et son associé, Mickaël Girard, accueillent de plus en plus de clients avec des exigences alimentaires : « Au moins trois ou quatre fois par mois, des gens nous demandent si c'est possible qu'on leur serve des plats sans produits d'origine animale. C'est compliqué d'avoir en permanence un menu complet 100 % végétane. Mais à chaque fois que des clients nous sollicitent, on sait s'adapter. »

Hélène Bonnet

Questions à Hélène Modrzejewski

Cogérante de la société Expertise végétane Europe (EVE), installée au sein de la Cité de l'Innovation, au Coudray.

Comment vous êtes-vous intéressée au végétanisme ?

Je suis végétane depuis 2010. J'y suis arrivée par la force des choses, au contact d'associations de protection animale.



Comment est née votre société, Expertise végétane Europe ?

En 2013, j'ai fondé l'annuaire web Vegan France, qui répertorie toutes les activités et les sources d'information sur le végétanisme en France. Le site, que j'ai monté bénévolement, a eu beaucoup de succès. Cela m'a permis de rencontrer des militants et de créer Expertise végétane Europe.

Quelle est la spécificité de votre entreprise ?

Expertise végétane Europe est le seul organisme français de contrôle et de labellisation des produits végétanes. Avec mon associé, nous nous sommes calqués sur le modèle anglais, qui propose ce service depuis les années soixante-dix. La loi ne protège pas encore le label végétane, contrairement au bio. Cela peut entraîner toutes sortes d'abus. La certification que nous proposons, en lien avec des partenaires spécialisés dans l'inspection industrielle, est un gage de qualité. Depuis notre création, en septembre 2016, nous avons travaillé avec une trentaine d'entreprises.

Pourquoi la cuisine végétane devient-elle de plus en plus tendance ?

C'est un mode de vie. Pour moi, le végétanisme est l'avenir de la consommation et de la cuisine. On ne pourra pas continuer à

élever des milliards de poulets continuellement sur la planète.

« Notre objectif est de sensibiliser les restaurateurs »

Sylvie Perrault et Olga Kayser sont ambassadrices de l'opération VegOresto, à Chartres.



Olga Kayser et Sylvie Perrault sont chargées de développer le réseau VegOresto dans l'agglomération chartraine. Créé par l'association de protection animale L214, connue notamment pour avoir installé des caméras à l'abattoir de Houdan (Yvelines), afin de dénoncer le traitement infligé aux animaux d'élevage, le réseau VegOresto référence les établissements de restauration qui s'engagent à servir quotidiennement des alternatives végétales.

Le site VegOresto.fr compte 870 établissements en France, dont trois à Chartres (Sakura du Paradis, B & B Soupe et Le petit Libanais) et un à Luisant (Royal Bombay). Olga Kayser et Sylvie Perrault sont chargées de développer bénévolement le réseau dans l'agglomération chartraine.

Ouvert à tous

Sylvie Perrault explique : « Ce n'est pas toujours simple de trouver un restaurant, quand on ne consomme aucun produit d'origine animale. Notre objectif est de sensibiliser les restaurateurs. Nous avons organisé plusieurs repas 100 % véganes depuis 2016, et, à chaque fois, il y a eu beaucoup de participants. C'est ouvert à tous. »

Pratique. vegorestochartres@L214.com [facebook\VegOrestoChartres](https://www.facebook.com/VegOrestoChartres)

CHARTRES ART DE VIVRE - BIEN ÊTRE VIE PRATIQUE - CONSOMMATION SANTÉ - MÉDECINE