



# DE LA CUISINE À LA TABLE

TE PARLER DE BIEN  
PLUS QUE DE RECETTES

## UN PARFUM D'INSOUCIANCE

Avril, Mai, Juin. Une triplète qui achève un mouvement, un acte avant l'entracte ! Juillet - Août. Ces mois ont toujours un programme particulier, bien à eux. Des goûts d'été, des goûts de nouveauté, des expériences et du temps partagé avec des têtes oubliées et de têtes nouvellement rencontrées. Voilà à quoi ressemble en général mon été. Et toi, il ressemble à quoi ?



### BILLET D'ÉTÉ

Mes listes sont prêtes. Celle des restaurants à tester, celle des recettes à concocter, celle des endroits où je souhaite pique-niquer, celle de ceux avec qui des moments je veux partager.

L'été, l'été sonne et déjà presque je le crois terminé. Il est là, pour quelques semaines, quelques mois, il prend en otages des personnes, des saveurs et des habitudes qui nous ont accompagnées six mois durant. Il offre des expériences nouvelles, du piment et du sel. Il est là pour quelques semaines, quelques mois, et chaque fois, je n'y crois pas.

Deux mois, toi et moi, l'été mange, boit, rit et festoie.

### BONNE ADRESSE

#### MÛRE, MA CANTINE POUR L'ÉTÉ

J'ai toujours rêvé d'avoir une cantine, un endroit à moi, avec des visages que je connais, qui me reconnaissent, qui me nourrissent. Nourrices, elles servent à cela. Alors cet été je suis un nourrisson et *Mûre* est ma nourrice. Chaque midi le repas est différent. Premiers arrivés, premiers servis ! Sur place ou à emporter ! Tout est fait maison, avec amour, des produits bio, locaux et artisanaux. Vous y trouverez votre bonheur à coup sûr. Pensez à goûter les madeleines au sarrasin, une vraie dinguerie !

Retrouvez *Mûre* à Paris, 6 rue Saint Marc (2e) et 10 rue La Boétie (8e)

### BRUNCHER ENCORE

#### GABYLOU

Comme je vous l'ai dit, l'été a pour moi un temps particulier. Il est une faille où se faufilent de nouveaux visages et des visages oubliés. C'est avec quelqu'un que je n'avais pas vu depuis longtemps que j'ai découvert *Gabylou*, situé à deux pas de l'Arc de Triomphe et idéal pour bruncher à un prix abordable. Pour environ 15€, je vous conseille les Œufs Victoria servis pochés sur une pita au zaatar avec du saumon fumé, une sauce hollandaise et des pousses d'épinards, ainsi que la formule jus d'orange à volonté pour 5€. En revanche, pour le dessert, j'ai passé mon tour.



## ICONIQUE DUCASSE

*Alain Ducasse, un nom qui, pour quiconque aime les produits et la cuisine, fait rêver. C'est l'histoire d'un homme parti du plus bas pour atteindre l'excellence et aujourd'hui la transmettre et la remettre en cause. Après 20 ans à la tête du Plaza Athénée, il a au mois de Juin cédé sa place à l'un de ses disciples, Jean Imbert. Cuisinier et créateur, il prône une cuisine de l'essentiel d'excellence, responsable, humaniste et de terroir. Etoilé avant ses 30 ans, il cumule les prestiges et ne s'arrête jamais. Formé par l'icône de la Nouvelle Cuisine, Michel Guérard, par Gaston Lenôtre et tant d'autres, cet enseignement reçu et ses acquis, il les enseigne à son tour et inspire les chefs des nouvelles générations. Soucieux de toujours se dépasser mais aussi de s'inscrire dans son temps, il défend une cuisine plus responsable et plus au fait du XXIe siècle. Végétalité, traçabilité et filière courte ne sont pas des projets mais des obligations pour cet homme. Un livre, celui du Plaza Athénée, a fermé pour mieux en ouvrir de nouveaux : celui d'une biscuiterie (quoi de mieux pour l'un des grands-pères de la Grande cuisine française), et un réfectoire. Le Sapid ouvrira ses portes rue du Paradis et offrira, autour de ses grandes tables à partager, pour 20 à 30 € boisson incluse, une assiette gastronomique précautionneuse de l'environnement, de votre santé et de votre portefeuille.*



**mint**  
en Bretagne

## MINT MET LA BRETAGNE À L'HONNEUR

*Mint fait partie de cette presse nouvelle : le mook, mélange entre un magazine et un livre. Ce trimestriel français dédié au plaisir de la table et au voyage, part à la rencontre des chefs, des producteurs, des artisans, des globe-trotteurs, des photographes et autres amoureux du territoire.*

*Dans ses derniers cahiers, la rédaction a choisi de mettre la Bretagne à l'honneur, une région riche en paysages et en terroirs qui me tient à cœur pour y avoir habité plus de 10 ans. Si vous ne deviez lire qu'un article, je vous conseillerais de parcourir celui sur Hugo Roellinger, relève émérite de la fameuse maison Roellinger. Entre cuisine identitaire et sincérité, ce chef étoilé impose son style entre saveurs iodées et enjeux éthiques. Chaque assiette est un morceau de terroir, d'innovation et de Bretagne qui fait du bien au palais et au moral !*

*Pour le déguster, ça se passe ici : Le Coquillage- 35350 Saint-Méloir-des-Ondes, et pour les épices, rendez-vous dans les boutiques de Cancale et de Saint-Malo.*

L'été est une période toujours attendue, toujours trop courte, pleine de surprises et de rebondissements. Faites de cette saison un plat doux comme la pêche, frais comme une pastèque et piquant comme du chimichurri. On se retrouve en août pour une nouvelle newsletter, en attendant rendez-vous sur Instagram, Facebook, le blog. Prenez soin de vous. Merci de m'avoir lue !

Laura