GWLADYS ET SÉBASTIEN RATH, LE RICHE

LA LANCETTE À HUÎTRES

Designer pour la coutellerie Laguiole, **BENJAMIN AUZIER** vient de créer une lancette à huître ! On aime son dessin soigné, sa forme ergonomique, son manche en bois d'olivier, en coquilles de moules ou d'huîtres (48 €), en buis, ou chêne vert (34 €). Un protège-main en cuir (20 €) vient parfaire cette lancette ambidextre. On se l'arrache !

Le Petit Jouteur. 2, chemin des Cantals, La Boissière. auzier.fr

FOOD

DÉLICES DE PRINTEMPS

TOUT CE QUI VA FAIRE LE BUZZ DANS NOS ASSIETTES.

PAR **CHRISTELLE ZAMORA**

UN ÉTOILÉ GREEN

Unique chef gardois avec une étoile verte Michelin, le trentenaire Sébastien Rath du resto **LE RICHE** mise sur le végétal et l'éthique. Cap sur un nouveau décor avec une deuxième salle cave à vin dans le resto bleu, et un service réduit à 25 couverts. Mise en bouche avec une île flottante au pastis infusée de cacahuètes, puis poisson du jour issu de la criée du Grau-du-Roi, accompagné de légumes crus, cuits ou osmosés. Le plat signature ? Un cannelloni à l'encre de seiche, truite des Fumades, risotto végét'algues. 37 €, 54 € ou 78 € le menu en 3, 6 ou 8 services.

42, place Pierre-Semard, Alès.

Tél. : 04 66 52 30 87. leriche.fr

UNE BOX OCCITANE

LE CLUB DES QUALIVORES D'OCCITANIE s'associe au site Glouton Trotteur qui propose des box du terroir français, afin de créer une douzaine de box made in Occitanie. Le duo s'est rapproché de la consultante culinaire Mamscook pour les recettes. Résultat : une offre de produits du terroir en direct du producteur, une recette d'ici pour réaliser un plat local. Le tout couronné d'un vin du coin. Cette initiative gourmande se déploie toute l'année avec une recette différente chaque mois. La box intègre une fiche recette, un QR code pour le tutoriel, un livret sur les produits et les producteurs. En mars, l'Hérault est à l'honneur avec le pannequet occitan au pélardon AOP. Alors, on commande la box (dès 37 €) sur gloutontrotteur.com, on mitonne et on se régale !

qualivores.fr - À suivre sur Instagram.

UN CAFÉ FLORAL CULTUREL

L'INSTANT COQUELICOT fleurit dans la rue de l'U avec le premier café floral et culturel de Flore Liaud. Depuis longtemps, la jeune femme de 28 ans cultivait cet univers végétal en parallèle de son parcours dans l'événementiel. « La grande majorité des fleurs et des plantes que je vends sont locales », précise-t-elle. Aujourd'hui, Flore met en scène les plantes et la culture dans un lieu hybride où l'on contemple les peintures de Judith Brunel jusqu'au 26 mars, où l'on participe à des ateliers floraux (35 €) le week-end. On y prend un thé et des pâtisseries bio et on repart avec un bouquet d'anémones (2 € la fleur).

36, rue de l'Université, Montpellier.

Tél. : 09 74 97 03 41. À suivre sur Instagram.

UN DELICATESSEN À L'ITALIENNE

C'est dans le quartier des Beaux-Arts que Melody, native de Montpellier, et Luca, ex-photographe de mode à Milan puis à Paris, ont ouvert **BISCIÙ**, une trattoria. « Sur le modèle du delicatessen londonien, notre épicerie fine référence des produits d'excellence de la région des Pouilles et de Campanie. On y vient manger et faire des emplettes », dit-il. Dans ce mini resto (12 couverts), il cuisine les pâtes semi-complètes de son fournisseur de Benevento qui cultive son blé lui-même, fait mijoter son ragù napoletano dans son four à pizza toute la nuit. On y court découvrir le goût véritable de la cuisine napolitaine, et prendre conseil pour cuisiner chez soi. Cannelloni ricotta-épinard sauce tomate, mozzarella (10 €), Arancina (9,50 €) et vin bio sicilien au verre (6 €). ● ● ●

6, rue Proudhon, Montpellier.

Tél. : 09 53 97 54 72. À suivre sur Instagram.

MARTHIS PHOTOGRAPHE ALÈS. SÉBASTIEN RATH - L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. À consommer avec modération.

ELLR_LRO_3977_P002-004.indd 2 21/02/2022 10:53

ANNETT TEICH, LE BK34

... FOOD

UN TASTING RESPONSABLE

La cheffe Annett Teich, d'origine russe, a déjà fait le tour du monde et défend la cause du bien-être animal ! Aussi, ses canards ne sont-ils pas gavés et son resto **LE BK34** est labellisé Masters of meat. Cette activiste féministe est aussi la première cheffe entrée dans le cercle fermé des Jeunes restaurateurs d'Europe. Globe-trotteuse gastronomique, elle partage sa cuisine fusion dans une nouvelle déco et un service réduit à 25 couverts. Partenaire du mouvement bœuf éthique, ses viandes rares, fondantes et maturées sur place attirent les gourmets de New York et d'ici ! 46 € et 64 € le Tasting menu 4 ou 6 découvertes, hors vins.

4, avenue Pierre-Sirven, Montagnac.
Tél. : 04 67 89 42 24. bk34.fr

UNE ÉPICERIE VÉGANE

À **LA BOUTIQUE VERTE**, une nouvelle épicerie fine végane, tous les produits sont bien sûr sans ingrédients d'origine animale. Sébastien Denoun et Claire, sa compagne, réalisent chaque jour des recettes pour faire connaître les marques sélectionnées. Muffins salés aux olives de Kalamata (3 € la part), houmous maison à l'huile bio de Sparte en Grèce (3 €). Sur les étals, des épices Cook et Khla, des bocaux Mima, de la Mégarine...

10, rue Ranchin, Montpellier. Tél. : 09 88 00 69 71.
À suivre sur Instagram.

UNE CAVE À MANGER

Après Madrid, Barcelone et le Mexique, Anne-Sophie Anache a posé ses valises dans le Minervois, avec **VIGNE VIERGE**. Cette sommelière éclairée propose des quilles du coin – surtout – et d'ailleurs, en bio, biodynamie ou nature. Dans sa cave à vin et à manger, on déjeune à l'ombre d'une vigne vierge, en terrasse dans un petit jardin. La cuisine est paysanne, mijotée ou braisée : agneau de la montagne Noire, poireaux de vigne, tartes aux fruits de saison (30 € sans le vin, sur réservation). On peut aussi y passer la nuit en chambres d'hôtes (85 €).

20, rue des Fossés, Aigne.
Tél. : 06 01 02 86 50. vignevierge.com

STATION SUCRÉE

DES DÉLICES ARGENTINS

Sofia Guarracino et Santiago Nicolas Furfaro, deux jeunes juristes argentins, partagent leur culture latino-américaine en faisant des alfarojes (macarons), rogel (confiture de lait, meringue), pastafrola (tarte au coing). Après un début au marché des Arceaux, ils ont créé **STATION SUCRÉE**, une pâtisserie-salon de thé à côté de la fac de droit. « Ce printemps, on lance une formule brunch le dimanche (typique et fusion), et on développe notre gamme d'alfajores. Nos clients adorent le Pampa (à la maïzena) et le Chocotorta », se réjouissent-ils. Une gamme de gâteaux argentins à emporter ou à déguster sur place, à partir de 10 € les 6 alfarojes. On peut aussi déjeuner, de milanesas (escalopes) et de quiches.

33, rue de l'Université, Montpellier.
Tél. : 04 67 84 84 08. stationsucree.fr
À suivre sur Instagram.

DES ATELIERS NO GLU

Élodie Khodr, la boulangère-pâtissière des **SAVEURS D'AMARANTE** s'est formée auprès d'un Compagnon du devoir puis chez Ducasse et Thuriès avant de débouler dans le Sud et de créer sa structure de formation. Afin d'aider les personnes intolérantes au gluten ou au lactose à rester gourmandes, elle organise des ateliers à domicile. Après avoir inspecté nos équipements, elle propose des recettes et fournit les ingrédients. Et on pâtisse ensemble (200 € les 3 h 30, 400 € les 7 heures). Si on manque de temps, Élodie a mis au point des préparations pour cuisiner pain d'épice, cake au citron, au chocolat et muffins, faciles d'emploi, et vend des gâteaux en ligne. Miam, les sablés viennois (50 € le kg). ●

23, avenue Saint-Lazare, Montpellier.
Tél. : 07 81 87 02 61. saveurs-damarante.fr

AURELIO RODRIGUEZ ; VINCENT POUSSON ; PRESSE - L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. À consommer avec modération.

ELLR_LRO_3977_P002-004.indd 4 18/02/2022 15:46

INITIER LES KIDS À L'AGROÉCOLOGIE

Cueillir des légumes de saison, nourrir les lapins – encadré par des animateurs écolos –, c'est le quotidien de **L'ÉCOLOTHÈQUE**, un centre de loisirs de 4 hectares pour les 4 à 12 ans, avec des animations sur l'agroécologie toute l'année. Sur réservation, tarif selon revenus.

Mas de Grille. 1, rue Théophraste-Renaudot, Saint-Jean-de-Védas. Tél. : 04 67 15 48 82. ecolotheque.montpellier3m.fr

GREEN

TOUS CONSOMMACTEURS !

ON PRÉSERVE LES RESSOURCES DE LA PLANÈTE EN SHOPPANT LOCAL, MIEUX ET DIFFÉREMMENT.

PAR **CHRISTELLE ZAMORA**

UN VESTIAIRE CIRCULAIRE

Dans le quartier des Beaux-Arts, la Croix Rouge vient de rénover sa **VESTIBOUTIQUE**. Le matin, on y vient pour le vide-dressing, l'après-midi pour dénicher des vêtements de seconde main. Les ventes permettent d'aider les plus démunis, bénéficiaires de bons vestiaires. Pantalons, blouses (1 à 3 €), vestes (5 à 8 €).

4, rue de la Poésie, Montpellier. Tél. : 04 67 55 97 41. croix-rouge.fr

DES BOCAUX-REPAS ZÉRO GASPI

L'association Terre Contact a lancé **CUISINE RÉCUP** à Gignac, dans l'Hérault. Elle collecte fruits et légumes invendus auprès des producteurs, de la banque alimentaire et des grandes surfaces. Stéphanie Larroque cuisine bocaux-repas et desserts revendus dans les épiceries solidaires du Lodévois. Flan de poivrons, polenta rôtie, basilic et coulis de tomates (6,50 €). Brownie chocolat et caramel crémeux (2,50 €). Bocal consigné, 1 €.

17, rue du Carmel, Gignac. Tél. : 06 74 03 72 17. cuisine-recup.com

UN COMPOSTEUR COLLECTIF

On se motive entre habitants pour gérer un composteur de quartier. L'association **RÉSEAU COMPOST CITOYEN OCCITANIE** nous accompagne auprès des collectivités pour monter le projet de site partagé avec un responsable bénévole référent. Les biodéchets représentent 30 % des déchets et sont difficiles à incinérer car ils contiennent 80 % d'eau. Alors, du 26 mars au 10 avril, lors de la quinzaine annuelle du compostage, on participe à des ateliers avec tousaucompost.fr.

Parc Magnol. 59 bis, rue de las Sorbes, Montpellier. Tél. : 06 69 97 34 05. reseaucompost.org - compostons.org

DU CASHBACK RESPONSABLE

La jeune appli **MILPA** démocratise le concept du cashback dans les commerces responsables (60 partenaires, 8 friperies) de l'Hérault en s'appuyant sur une charte validée par l'Adem et l'Agence bio. « Nous voulons concilier transition écologique et pouvoir d'achat. Après paiement par carte bancaire, les remboursements sont effectués par les partenaires du réseau », expliquent Nicolas, Antoine et Estelle, les trois créateurs montpelliérains. Le cashback est d'environ 10 % du montant des courses. Les partenaires guidés par des objectifs sociaux et environnementaux sont orientés vers une communication durable (au bon moment au bon endroit). Après Montpellier, Milpa met le cap sur Marseille.

À suivre sur Instagram.

DES ACHATS GROUPÉS

À Montpellier, l'association **VRAC & COCINAS** favorise le développement de la cuisine avec des produits de qualité (biologiques, éthiques, locaux) dans les quartiers prioritaires, en s'appuyant sur la centralisation des achats. « Concrètement, les groupements d'achats des quartiers populaires permettent à leurs habitants de choisir une alimentation saine à prix coûtant. Ceux du centre-ville peuvent aussi être adhérents. On fait ses courses en ligne puis on règle sa commande sur place », précise Samuel Levallois, un des cofondateurs. Les groupements d'achats mensuels ont lieu à Près d'Arènes, à la Croix d'Argent, à la Mosson et au Petit-Bard. ●

montpellier.vrac-asso.org

RÉDACTRICE EN CHEF DES ÉDITIONS RÉGIONALES : ERIN DOHERTY. RESPONSABLE : ANNE-MARIELLE FRANCHETEAU-GARDE. RÉALISATION : ETX STUDIO (RELAXNEWS). RÉDACTRICE EN CHEF : SYLVIE LAIDET. SECRÉTAIRE GÉNÉRALE DE LA RÉDACTION : CÉCILE ROUSSELET. MAQUETTISTE : MAGALI HIRN. SECRÉTAIRE DE RÉDACTION : FRANÇOIS ROUSSEAU. RESPONSABLE PÔLE IMAGE : SANDRINE SAUVIN ; ADJOINTE : STÉPHANIE DUCHÊNE AVEC GAËLLE LABARTHE. A COLLABORÉ À CE NUMÉRO : CHRISTELLE ZAMORA. SERVICE PUB : CMI MEDIA RÉGIONS. TÉL. : 05 62 30 33 33.

PHOTOBYPHOTOBOY/ SHUTTERSTOCK

ELLR_LRO_3977_P006.indd 6 21/02/2022 10:54