



François Pasteau, L'Épi Dupin, à Paris Une table parisienne reconnectée à la terre

Engagé pour l'écologie depuis de longues années, ce chef parisien a pu enfin reconnecter sa cuisine à la terre grâce à l'initiative d'une start-up. En effet, la jeune société Tomato&Co lui loue depuis deux ans une parcelle du jardin du Château de Courances, situé à une cinquantaine de kilomètres de la capitale. François Pasteau est livré deux fois par semaine. Avec 250 m² de surface, la production représente environ 30% de ses approvisionnements en légumes, le reste provenant du marché de Rungis et de maraîchers franciliens. «Je fais le plan de maraîchage en début d'année avec le

jardinier», explique François Pasteau. L'occasion pour le chef de choisir des variétés vraiment originales : concombre kiwano (ou melon à cornes), blettes de couleur (jaunes, rouges...), salade mizuna, salsola ou encore pourpier. Toute la panoplie des courges, des choux et des plantes aromatiques compose aussi ce potager périurbain. «On n'obtient pas forcément les résultats souhaités», confie le chef, qui a dû renoncer à plusieurs variétés de tomates qui ne donnaient pas beaucoup sur ces terres. «On apprend à travailler avec le terroir.» Ce chef très engagé pour la sauvegarde de

la planète a conscience de l'impact environnemental de la consommation de produits carnés. C'est ainsi que, sur sa carte, l'intitulé des plats commence par les légumes : «Le végétal est la star de l'assiette afin de sensibiliser le consommateur à une démarche écoresponsable, sans oublier la notion de plaisir...» Et d'évoquer toutes les possibilités culinaires offertes par les légumes : «En hiver, je les accorde dans des plats chauds, plus riches, et en été, je les prépare avec plus de légèreté dans l'assiette.»

Des fourneaux... à la radio : du lundi au vendredi sur RTL à 5 h 53 (le chef est matinal !), François Pasteau propose un plat du jour. «L'occasion de faire passer des messages autour d'un produit.» Conditions de culture, modes de préparation, astuces anti-gaspi (comment valoriser les épluchures) : «Je veux redonner envie de cuisiner avec des recettes simples, montrer que les bons produits sont accessibles et expliquer comment les acheter auprès des agriculteurs périurbains !»



Son chouchou

«J'apprécie les blettes de différentes couleurs – rouges, vertes ou jaunes – à faire revenir dans un wok. J'ajoute au dernier moment des légumes nouveaux, cébette (jeune oignon en tige verte), aillet (jeune pousse d'ail), etc., que j'aime travailler, car ils ajoutent de la fraîcheur. En été je prépare les courgettes et les tomates en chutney, avec du gingembre, car "local" ne doit pas rimer avec "manque d'exotisme" !»