

Végé-Tour

Journée Montluçonnaise Végétarienne

Montluçon
Lundi 8 septembre 2008



Association Végétarienne
de France



Soirée « Atelier végétarien »

En avant-première des Journées Mondiales Végétariennes d'Octobre, la JMV, (Journée Montluçonnaise Végétarienne) organisée par le Restaurant Foodies et l'Oasis de Vesna, magasin Bio végétal de Montluçon, du 8 Septembre 2008.

Quand le Restaurant le Foodies mené par Olivier Auclair, spécialisé dans les cuisines du monde, lequel est aussi un passionné de plantes sauvages et oubliées, s'intéresse à la cuisine végétarienne et bio, cela donne une symphonie originale de goûts lointains et de saveurs proches.

L'atelier avait fait complet, et de nombreuses personnes ont dû être refusées par manque de place. Une trentaine de gourmands se sont serrés autour du fourneau et des tables pour voir s'élaborer devant leurs yeux incrédules le menu suivant :

- Une crème très onctueuse à base de tofu, de rue, (mauvaise herbe qui infeste les jardins !!!) et de moutarde, idéale pour tartiner de petites tranches de pain bio, complet ou semi-complet...
- Du seitan flambé pour ceux qui auraient eu envie de retrouver le goût du canard....
- Des mini-pizzas à base de quinoa, d'orties, de tomates ...
- Des coquillettes cuites façon riz pilaf avec feuilles de plantain, algues kombu...

Et un dessert composé d'une compote de pommes tombées précocement, d'amarante, d'orties et assaisonnées d'huile d'olive et de sucre de canne.

Tout en savourant ces plats ingénieux, les échanges furent nourris dans l'assistance au sujet du bio, de l'écologie, du végétarisme et la soirée se termina paisiblement vers une heure du matin. Et on aimerait tant que ces JMV soient plus fréquentes !!!!

Organisation : Vesna et le Foodies

Compte rendu et photos (ci dessous) : Jany

Commentaire de Vesna : « Grace à la diffusion de l'émission E=M6 la veille de notre atelier cuisine, le chef du Foodies (qui a lui aussi regardé l'émission) a croulé sous les appels le lendemain matin. Finalement il a dû refuser beaucoup de monde, la capacité maximum étant de 30 personnes (et ils étaient 32) »

