

## LA DÉMONSTRATION

des bienfaits d'un régime qui fait la part belle aux légumes

# À TRINQUETAILLE, UN MOMENT GOURMET À L'ENCLOS DAYAN

**Le CIQ et le Conservatoire des cuisines de Camargue ont vanté les bienfaits du régime crétois.**

La rencontre des Trinquetaillais organisée depuis plusieurs années avec Roger Merlin, chef cuisinier et fondateur du Conservatoire des cuisines de Camargue, et ses acolytes, par le CIQ (comité d'intérêt de quartier) est un moment de raffinement particulièrement prisé où odeurs et saveurs rappellent que la France reste le pays du bien manger.

Près de soixante-dix riverains se pressaient, vendredi, devant les tréteaux où les animateurs de ce véritable laboratoire de cuisine naturelle et savoureuse leur démontraient, preuves, recettes et documents à l'appui, les qualités et les secrets du désormais fameux "régime méditerranéen" dit "crétois", générateur d'une meilleure santé cardio-vasculaire chez ses adeptes.



► Le Conservatoire des cuisines de Camargue en démonstration.

/ PHOTO M.Bc.

Tandis que le toujours disert Pierre Milhaud vantait le "taureau Camargue, seule viande AOC en France", Michel Van Hoed, ancien propriétaire et chef du restaurant "Le brûleur de lousps" concoctait, en direct, un ri-

sotto aux écrevisses. Ces écrevisses, "chambri" en provençal, avaient été apportées, sous forme de bisque, par Nicolas Gauthier qui a ouvert, en 1997 son exploitation de pêche sur les marais du Vigueirat, sur le Parc

Naturel de Camargue et sur "le bas" de la Vallée des Baux, afin de réguler le nombre de ces crustacés d'eau douce, importés depuis 1983 de Louisiane, grands prédateurs d'autres espèces nécessaires à un écosystème équilibré.

Edmond Maroni, chef de projet à l'Union de nutrition méditerranéenne en Provence (basée à Aix-en-Provence) s'attachait à démontrer les bienfaits des différents produits régionaux, leurs qualités nutritives, l'intérêt de bien les employer et suscitait de la part du public nombre de questions sur les sujets "in the mood" : organismes génétiquement modifiés, omégas, graisses, élevages naturels.....

Avant de déguster les plats et vins proposés.

Une véritable fête gourmande pour les yeux, les narines et les papilles gustatives. ■

M.Bc.