

Priorité au naturel

Laurence Salomon, jeune chef sympathique du restaurant Nature & saveur, à Annecy, membre de générations point C. (www.generationspointc.com), s'est initiée toute seule à la cuisine bio. Au départ, une prise de conscience qui donne envie à cette naturopathe de formation de jeter le contenu de ses placards et de le remplacer par des produits bio. «Je me suis mise à les cuisiner selon mes envies.» Sa cuisine raffinée, naturelle et réfléchie fait la part belle au bio. «Il existe beaucoup plus de produits qu'en cuisine traditionnelle. Surtout pour l'épicerie.» Pour dépasser l'image un peu ringarde de la cuisine bio, elle n'a qu'une seule règle: «Faire bon, sain et digeste. En suivant ses envies, on se régale sans abuser et on contrôle naturellement ses besoins.» Pour informer sa clientèle en toute transparence, une charte qualité des ingrédients bio ou fermiers se trouve sur chaque table. Au menu, par exemple: saumon au panaché d'algues à la vapeur douce, purée de lentilles corail et dôme de chocolat au lait de riz, zestes de citrons confits et fruits rouges.
Nature & Saveur, tél.: 04 50 45 82 29.

