

# Liège Société

LIÈGE RESTAURATION

## Et voici les sandwiches 100 % bio...

Gregory Boonen, diététicien, les prépare sans viande

Exit les traditionnels Dagobert, Parme ou Américain. Chez "Terre mère", c'est plutôt potimarron grillé et purée d'orties! Cette nouvelle sandwicherie, installée rue de la Régence, a opté pour le 100 % bio, le 100 % légumes de saison, et le 100 % local. Et ça semble plaire aux Liégeois...

Le bio, c'est LA tendance à la mode. Certains la suivent un peu, beaucoup ou... passionnément, comme Gregory Boonen!

Ce Liégeois de 36 ans vient de lancer sa sandwicherie, "Terre mère". Installée au cœur de Liège, rue de la Régence, la carte du Liégeois a de quoi étonner!

"Chez moi, il n'y a pas de viande", explique-t-il. "J'ai décidé de cuisiner 100 % bio, 100 % local, et avec uniquement des produits de saison. Pour moi, on peut être rassasié sans manger de viande. Et les légumes sont beaucoup plus sains, et pour l'organisme, et pour la planète".

Cette philosophie de respect pour la nature, Gregory l'a acquise au fil des années, en travaillant comme diététicien. "En fait,

les consommateurs ont totalement oublié que chaque légume a sa saison. Manger des tomates ou des poivrons en hiver, est synonyme de pesticides, de serres surchauffées et polluantes. J'ai donc eu envie de montrer qu'on pouvait manger mieux et plus équilibré, tout en protégeant notre terre nourricière. Celle sans qui nous ne serions pas là. En consommant différemment".

Dans ses sandwiches, Gregory Boonen met en moyenne quatre à cinq sortes de légumes. Et pas n'importe lesquels, mais des produits de saison, achetés chez des producteurs de la région liégeoise pour réduire les effets des transports sur la planète.

### ORTIES ET AIL DES OURS

En hiver, c'est donc les panais, topinambours, choux, chicons, rutabagas et épinards qui sont mis à l'honneur à la carte, mais aussi les orties, l'ail des ours et les poireaux. "Pour remplacer la viande, je travaille beaucoup avec les fromages. J'ai ainsi un camembert des Fagnes, ou un fromage de chèvre de Bastogne. Cet été, je travaillerai les fleurs. Un jus de capucines, ou des fleurs de pissenlits dans les œufs



Gregory met quatre sortes de légumes dans ses sandwiches. ■ A.T.

brouillés. C'est sain et délicieux".

Ces saveurs sortent évidemment de l'ordinaire, mais elles ont déjà séduit de nombreux Liégeois.

"Le bouche-à-oreille fonctionne bien. Les dames qui font attention à ce qu'elles mangent sont ravies, tout comme les personnes faisant attention à l'environnement. Par contre, des "carnivores" sont entrés, pour ressortir quelques instants plus tard car ils ne trouvaient pas ce qu'ils cherchaient..."

En plus de ses sandwiches, Gregory Boonen propose aussi des infusions, réalisées principalement à base de plantes poussant dans

son jardin, ainsi que des milkshakes et des smoothies. "Pour les milkshakes, je n'utilise pas de lait de vache car trop de gens ont du mal à le digérer. Quant aux smoothies, on veille aussi à utiliser des fruits de saison. Donc, pas de fraises ou de framboises en hiver..."

Et pour coller à fond à son concept, Gregory utilise des emballages entièrement biodégradables et fabriqués à base de fécule de maïs, il fait un compost avec tous ses déchets organiques et il nettoie son commerce avec des détergents respectueux de la nature. «