AU MARCHÉ NOIR

Comptoir de plats
du jour à emporter bons
et sans pesticides

Avenue Adolphe Demeur 36
1060 Saint-Gilles — Belgique

aumarchenoir.be

« 39 substances trouvées sur des pommes vendues en grandes surfaces »

Le Vif, 21 octobre 2015

« On sous-estime l'impact des pesticides (...) Les maladies se déclarent très lentement. Les malades que nous traitons ont été exposés dans les années 1960 ou 1970. J'ai peur que l'on voie arriver des choses que nous n'avions pas prévues. Pour continuer le parallèle avec l'amiante, j'ajouterais que le lobbying industriel a été encore plus fort avec les pesticides.»

Dr Nadine Houédé,
cancérologue à Bordeaux,
interviewée dans Sud Ouest, 7 avril 2012

AU MARCHÉ NOIR

Comptoir de plats
du jour à emporter bons
et sans pesticides

Tous les jours, les légumes fraîchement sortis
du champs de producteurs de confiance sont cuisinés
par un chef professionnel qui en propose une option
végétarienne entre 6 et 8€ et une option viande,
poisson ou volaille entre 10 et 12€.

Martin

Employé de bureau, il m'arrivait souvent de rentrer tard à la maison. Je n'avais pas toujours le temps ou l'occasion de faire à manger comme je le voulais.

Au supermarché du coin, les légumes et les plats préparés ne m'inspirent pas confiance. A l'extérieur, je suis vite confronté au durüm, à la frite, au plat asiatique, à la pizza ou au sushi. Mais là comme au restaurant, aucune indication ne m'informe du parcours des ingrédients, ce qui n'est pas bon signe.

Alors j'ai commencé à me renseigner. J'ai appris que les ingrédients sans mention particulière ont généralement été traités avec des pesticides et viennent d'immenses exploitations mécanisées parfois à l'autre bout du monde. C'est devenu la normalité au 'marché blanc'.

Pourtant, j'ai aussi découvert qu'il reste en Belgique des producteurs à taille humaine, engagés, bienveillants, qui cultivent sans pesticides des légumes qui ont du goût.

J'ai alors rencontré Jérôme, le chef, et nous sommes allés à leur rencontre. Ensemble, nous avons développé des systèmes de livraison en circuit-court, car ce sont leurs produits que l'on veut manger et cuisiner tous les jours.

Martin, co-concepteur

Jérôme

Dans mes expériences en cuisine, la priorité a toujours été la facilité d'approvisionnement. On passe un coup de fil, on laisse un message sur répondeur et la commande arrive un peu plus tard.

Du coup, l'origine des ingrédients est floue et ils sont généralement d'assez mauvaise qualité. C'est devenu normal d'acheter des tomates ou des fraises en toutes saisons. Peu importe comment ça a été produit puisque l'on n'en sait rien.

Sur le lieu de travail, derrière ou en cave, j'ai souvent senti que l'on m'encourageait en stoemelings à gruger le client au profit du patron.

Dans ma vie privée, je me suis tourné vers le bio.
Je trouvais que celui de supermarche ne goûtais rien.
Je suis allé sur les marchés et les prix me semblaient inaccessibles.

Je pensais à un projet pour démocratiser une cuisine de réelle qualité lorsque j'ai rencontré Martin.

On s'est accordé. On est parti à la rencontre de vrais producteurs. Et on a trouvé un endroit ouvert, lumineux, transparent, pour laisser voir de la rue comment on cuisine tous les jours.

Jérôme, co-concepteur

Savoir d’où ça vient

Nous allons à la rencontre de producteurs de légumes et viandes engagés, bienveillants, à taille humaine. Nous établissons avec eux des collaborations en circuit-court de long terme justement rémunérées.

Des ingrédients propres

Tous nos ingrédients ont été cultivés ou élevés sans pesticides, sans engrais chimiques, sans OGM. Nous privilégions la permaculture, la biodynamie, le label Nature & Progrès et l’agriculture biologique belge.

Véritablement frais

Nous nous faisons livrer tous les jours pour avoir un temps le plus court possible entre la récolte et la consommation avec un idéal: «dans le champ le matin, dans l’assiette dans la journée».

Éditions limitées

Les plats changent tous les jours en fonction de ce qui sort des champs.

Une cuisine professionnelle

Tous les plats sont fait maison avec compétence et créativité dès le matin. Le chef est diplômé de l’école hôtelière et doté de plusieurs années d’expérience.

Biodégradable

La barquette est produite à partir de matériaux recyclables biodégradables venant de ressources naturellement renouvelables. Le film est également biodégradable.

En verre et contre tout

Nos boissons sont toutes dans des contenants en verre.

Comment
se passe une journée?

dès

8h

les plats commencent
à être préparés

vers

11h30

les intitulés des plats du jour sont mis
en ligne sur www.aumarchenoir.be
et sur www.fb.com/aumarchenoir

de

12h à 14h

les plats sont servis chauds
«à la minute», sur place ou à emporter
et livrés à vélo dans les 4km via
www.takeeateasy.be

vers

14h

les photos des plats du jour
et le module de commande
sont mis en ligne sur
www.aumarchenoir.be

de

14h à 17h

les plats sont mis en barquette,
ingrédient par ingrédient
(ils ne sont pas disponibles)

de

17h à 21h

Les barquettes froides
sont prêtes à être emportées
et livrées à vélo dans les 4km via
www.takeeateasy.be

sur place, l'espace et un four
sont mis à disposition

Réservez gratuitement votre plat

Vers 14h, les plats du jour sont présentés en photo sur www.aumarchenoir.be.

Le nombre de plats restant est actualisé en temps réel: il est adapté à chaque commande, sur place ou en ligne

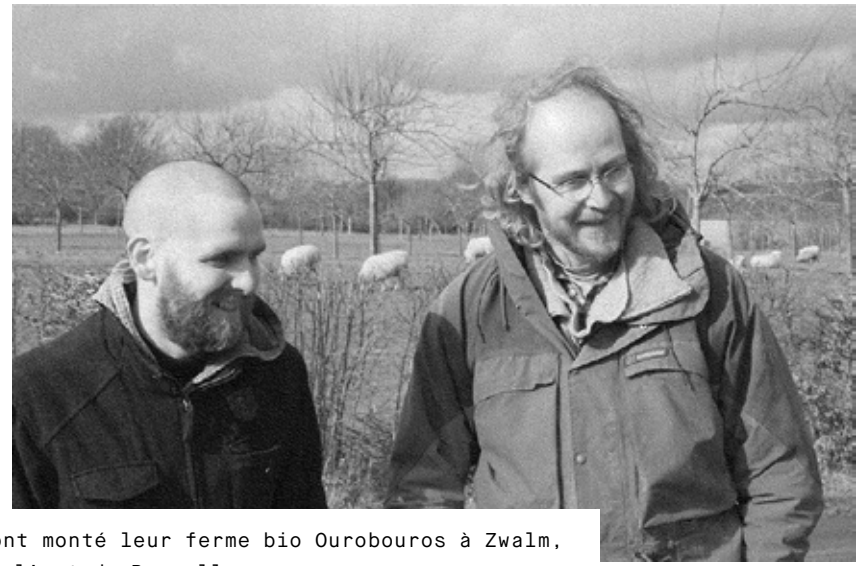
Vous avez la possibilité de réserver gratuitement des plats. Aucune carte de banque ne vous sera demandée. Cela nous permet de vous les mettre de côté jusque 20h30. Vous êtes ainsi sûr d'avoir le plat souhaité à votre passage.

Sur place, vous payez en cash, par Bancontact, Visa, MasteCard ou chèques-repas électroniques.

Nous avons déjà cuisiné des ingrédients des producteurs suivants

Ourobouros
Maarten Van Gool
Frédéric Jadoul
Vincent Cantaert
La Ferme du Trieu
La Ferme de Stée
La Ferme du Gasi
Aux Délices du Terroir
Stéphane Marchand
BioHérin

Ourobouros



Karel et Sophie ont monté leur ferme bio Ourobouros à Zwalm, à environ 40 km à l'est de Bruxelles.

Ils y pratiquent l'agriculture en biodynamie sur environ 1,5 hectare.

Temmerstraat 6
9630 Zwalm – Belgique

Tél. 055/49.58.55
info@ourobouros.be
www.ourobouros.be

Maarten Van Gool

A Attenrode (au dessus de Tirlemont), Maarten et son épouse habitent et travaillent avec leurs 3 enfants dans leur propre ferme biologique: De Levensbron (La Source de Vie).

Il produit notamment des blettes, des épinards, du fenouil, des fraises, du chou pointu, du brocoli, du persil, de la coriandre, de la betterave jaune, du chioga, du chou-fleur, des carottes, des navets, de l'aneth, du haricot, des tomates, des poivrons, du concombre, du basilic cannelle, des pousses de navets, ...

Langstraat 41
3384 Attenrode – Belgique

Tél. 016/57.21.73
www.bioboerderijdelevensbron.be

Frédéric Jadoul

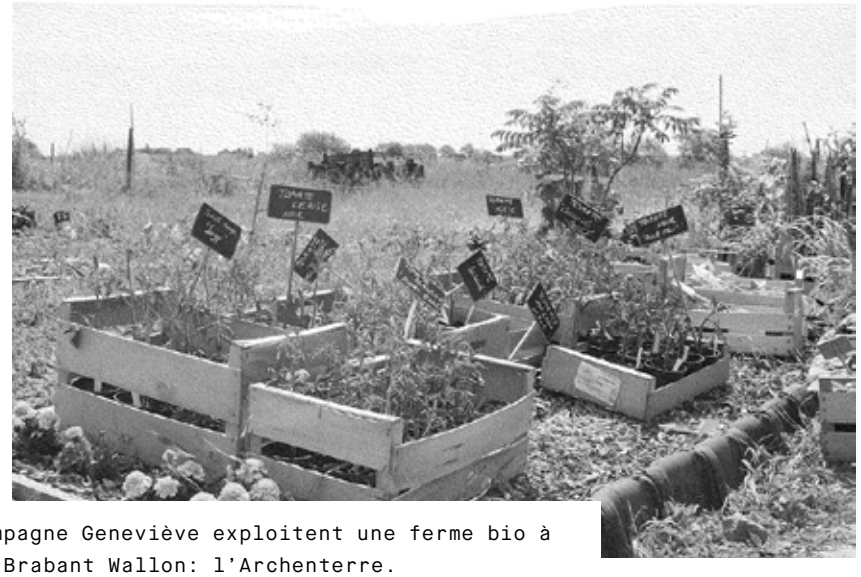
Frédéric Jadoul est un maraîcher labellisé bio dont les 2 hectares de terrain sont situés à Eghezée, dans la province de Namur, à la limite des provinces du Brabant wallon et de Liège.

Il produit notamment du chou-rave mauve, du chou-fleur mauve, des fraises ou du fenouil.

Rue Henri Tholomé 25
5310 Eghezée – Belgique

Tél. 081/56.99.27

Vincent Cantaert



Vincent et sa compagne Geneviève exploitent une ferme bio à Walhain, dans le Brabant Wallon: l'Archenterre.

Ils y font notamment pousser de l'aneth, du basilic, de la bette, de la fleur de capucine, du chou-rave, de la ciboulette, du concombre, de la coriandre, du pâtisson, différentes sortes de courgette, de l'estragon, du fenouil, du haricot, du kale, des laitues, de la livèche, de la mélisse, de la menthe, du poivron, du pourpier, de la roquette, de la tétragone ou des tomates.

Chemin de la Scierie 108
1457 Walhain – Belgique

Tél. 010/65.21.41

La Ferme du Trieu

Denis et Nathalie cultivent de manière naturelle, sans aucun produit chimique et veillent au respect de la biodiversité.

On y a notamment cueilli des tomates 'black cherry' extraordinaires ou des poivrons. Ils produisent également de la roquette, des haricots, des bettes, des aubergines, des courgettes, du basilic, du chou-rave, ...

Rue du Trieu Gilson 22
6280 Gerpinnes – Belgique

Tél. 071/32.20.91

La Ferme de Stée

La Ferme de Stée est situé à Braibant, près de Ciney. Marie-Claire y travaille avec son mari et son fils. Ils se sont convertis à l'agriculture biologique et proposent du yaourt, du fromage à pâte pressée, du fromage à pâte molle, de la maquée, du fromage frais, du beurre, des oeufs, du boeuf (Blonde d'Aquitaine), du veau, de l'agneau et des volailles, notamment.

Rue de Stee 61
5590 Braibant – Belgique

La Ferme du Gasi

Simon et Gabriel Van Parys cultivent en bio sur leurs terres de Perwez et de Ramilies, dans le Brabant Wallon.

Chaussée de Wavre 50/1
1360 Perwez – Belgique

lafermedugasi@gmail.com
www.lafermedugasi.be

Aux Délices du Terroir

La famille Gabriel-Gerson a élevé pendant plus de 27 ans de la volaille bio qui est unanimement reconnue d'une qualité incomparable par les experts que nous avons rencontrés, dont Nature & Progrès qui nous l'a renseignée.

Aujourd'hui méritoirement retraités, Jean-Pierre et Claire ont fait un dernier élevage pour leurs clients fidèles qui continuent à leur en demander. Nous avons pu nous en procurer.

Route de la Vicomté 2
4190 Ferrières – Belgique

auxdelicesduterroir@gmail.com
www.auxdelicesduterroir.net

Stéphane Marchand

Depuis plus de 20 ans, Stéphane a sa boucherie bio située à Saint-Marc, près de Namur.

Il travaille en collaboration avec différents éleveurs pour proposer de la Blonde d'Aquitaine, du Charolais et du Limousin, notamment.

Bouch'Bio
Place de Saint-Marc 8
5003 Namur – Belgique

Tél. 081/71.75.17
labouchbio@skynet.be
www.labouchbio.com

BioHérin

Didier Hérin élève en bio des boeufs de race Salers et des porcs à Lesterny, près de Marche-en-Famenne.

Son fils Arnaud est boucher. Il nous a expliqué que pendant son apprentissage, il s'est fait licencier d'une célèbre enseigne de la grande distribution pour avoir refusé de faire des saucisses avec de la viande qu'il jugeait avariée. Il a depuis ouvert une boucherie dans la ferme de ses grands-parents.

Rue du Point-d'Arrêt 26
6953 Lesterny – Belgique

Tel. 084/31.30.03
www.bioherin.be

Livraison à domicile

Nos plats du jour peuvent être livrés à domicile à vélo dans les 4km aux alentours de notre point de vente. Ils peuvent être commandés de 12h15 à 13h45 et de 18h45 à 20h45.

Pour ce faire, rendez-vous sur:
www.takeeateasy.be

Rejoignez Slow Food

Slow Food est un mouvement international qui croit au plaisir d'une nourriture de réelle qualité et qui promeut une alimentation bonne, propre et juste. Il rallie plus d'un million de personnes dans plus de 158 pays.

www.slowfood.com
www.slowfoodmetropolitan.be

30 places extérieures, 8 places intérieures et 1 four sont mis à disposition de clients qui souhaiteraient manger sur place.

(pas de réservation)

Boissons sélectionnées au goût

Nous ne proposons que des vins naturels, soit des vins élaborés à partir de raisins issus de l'agriculture biologique auxquels pas ou peu d'intrants sont ajoutés lors de la vinification. Plusieurs dizaines de bouteilles ont été goûtées pour parvenir à la sélection actuelle.

Les bières sont également choisies avec soin.

Notre eau est la plus pure physiquement possible, osmosée, vitalisée et dynamisée. Elle peut être mixée avec des sirops naturels utilisant principalement le sucre de fruits sans pesticides, engrais chimiques ni OGM.

Crowdfunding

En octobre 2014, nous nous lancions à l'aube du projet dans une campagne de financement participatif sur KissKissBankBank dans le cadre du salon Europe Refresh aux Halles de Schaerbeek.

Nous avons finalement atteint 130% de notre objectif et reçu beaucoup d'encouragements.

Merci encore à

Olivia, Thomas, Hervé & Ginou, José, JJ, Dame Champi, Chloé, Alex, Amandine, Raphael, John, Max, Nico, Elise, Laurence, Kurt, Vincent, Zoé, Christophe, Thibault, Lara, Carine, Quentin & Clara, Antoine, Guillaume, Charline, Jaroslaw, Joëlle, Jonathan, Gisèle, Lucie, Esther & Phil, Thibaud, Aurélien & Hélicia, Lucie, Sophie, Jean-Paul, Amélie, Yassine, Séverine, Erik, Massimo, Sonja, Thierry, Pierre, Dominique, Greg & Virginia, Christian, David & Sam, Florian, Sandrine, Alix, Maxime, Julien, Hubert, Olivia, Nicolas, Delphine, Martine, Kathleen, Morgane, Véro, François, Mark, Marc, Christelle & Jacques, Guillaume, Fabienne, Philippe, Fanny, Alitia & Arnaud, Jacques & Christiane, Vincent, Catherine, Pierre, Laurent & Steph, Nico & Charlotte, Elodie, Véronique, Candice, Alexandre, Maxime, Olivier, Olivier, Erik, Mic & Cha, Florence, Math & Virg, Fé, Emeline, Jean-Philippe & Reagan, Nadège & Charles, Wagner, Maxime, Virg, Arnaud, Xavier, Adrien, Pascale, Geneviève, Isabella, Claude, Manu & Momo, Bénédicte & Bobby, Isabelle & Xavier, Bruno & Leti, Lionel & Maïté, Marie & Kev, Kathleen, Mélanie, Mélissa, Bertrand, Julien, Denise, Lucienne et Julie & Anabel.

kisskissbankbank.com/au-marche-noir-bruxelles

Vous aimez notre concept?

Parlez-en autour de vous.

C'est le meilleur moyen de nous aider à continuer à nous battre pour une alimentation de réelle qualité.

Avenue Adolphe Demeur 36
1060 Saint-Gilles – Belgique

bonjour@aumarchenoir.be
www.aumarchenoir.be

fb.com/aumarchenoir
instagram.com/aumarchenoir
et sur Trip Advisor, Yelp & cie

design: Stoëmp

AU MARCHÉ NOIR

Plats du Jour — sans ogm, sans pesticides, sans engrais chimiques; qui changent tous les jours; frais.	
Végétarien (voir tableau)	6 € à 8 €
Viande, poisson ou volaille (voir tableau)	10 € à 12 €

Eau — eau la plus pure physiquement possible, osmosée, vitalisée et dynamisée (BestWater)	
Pure (35cl)	1,5 €
Mixée à des sirops naturels (35cl — voir goûts en frigo)	2 €

Bières	
Silly (25cl, 5%)	2 €
Bières spéciales (33cl — voir frigo)	3,5€
Bertinchamps Blonde (50cl, 6,2%)	4 €
Bertinchamps Triple (50cl, 8%)	5 €

Vins Naturels — vins élaborés à partir de raisins issus de l'agriculture biologique auxquels pas ou peu d'intrants sont ajoutés lors de leur vinification.	
Au verre (blanc, rouge ou rosé - demandez la sélection au comptoir)	4 €
À la bouteille (prix affiché sur la bouteille)	+8 €

Nous vous accueillons au comptoir
pour prendre votre commande.