



DÉFI DES RESTO

LOU VIN PUR

Le chef : Bastien SPALMA
Le pêcheur : Joey ENJOLRAS
Chalutier : Le Joseph

L'APPART

Le Chef : Mathis RIGLET NIANG
Le Pêcheur : Christian LECOQ
Chalutier : Matthias-Thomas

LE COMPTOIR DES VOILES

Le chef : Clément VASSALO
Le pêcheur : Kilyan TOLENTINO
Chalutier : Le Julliarth II

LE ST-PIERRE

La cheffe : Caroline CATALAN
Le pêcheur : Victor RISCAL
Petit Métier : Jessica

LE VIVIER

La cheffe : Charlene CARMONA
Le pêcheur : Arnaud DUFFOURT
Chalutier : Le Julliarth II



PROGRAMME

10H - 18H

Marché de la mer par les producteurs locaux et régionaux,
vente et dégustation : plats cuisinés, tellines, huîtres, friture
de poissons, rouille Graulenne, poulpes, producteurs de vins...

10H - 13H

Démonstrations de cuisine locale par les Graulens.

12H30

Rouille géante !

Les Toquinades : valorisation de la classe de CM1 de M. Nicolas.

13H00

Démonstration par les élèves du lycée Georges Frêche
avec présence du MOF Gérard Cabiron.

14H00

Démonstration de la cheffe Amélie Young Min Deguine
du restaurant "Umami".

15H00

Défi des resto : 6 chefs locaux avec 6 pêcheurs.



OFFICE DE TOURISME : 04 66 51 67 70
www.letsgrau.com • www.ville-legrauduiroi.fr



ALCÁCER CHRISTOPHE © DEPECOM - www.letsgrau.com





AMÉLIE YOUNG MIN DEGUINE RESTAURANT UMAMI

Amélie Young Min Deguine est née en Corée du sud. Après une première carrière à Séoul à la bourse puis à la TV coréenne, elle arrive à Paris en 1997 où elle se forme aux effets spéciaux dans le cinéma. Changement de cap en 2007 pour sa passion, la cuisine. Après une formation aux arts culinaires français puis une formation à la cuisine royale coréenne, elle lance à Montpellier des cours de cuisine avec « L'atelier umami ». Son talent est rapidement remarqué : elle termine 2^e du concours international « La Cuillère d'Or » et finaliste de Master chef Corée à Séoul (2016) avant d'ouvrir son restaurant en 2017 « Umami la 5^e saveur ». Elle y propose une cuisine franco-asiatique créative qui séduit par son équilibre et son identité. Aujourd'hui, elle dirige le « Bistrot Umami » puis bientôt le nouveau restaurant « Umami la Dame de Séoul » dans l'Ecusson.



ATELIER SENSIBILISATION

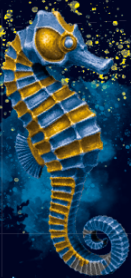
Aliens, qui sont-ils ?

ATELIER PÉDAGOGIQUE SUR LE CRABE BLEU DE MÉDITERRANÉE

OP DU SUD (organisation de producteurs pêcheurs)
Dégustation gratuite du crabe bleu et sensibilisation.

VIGNOBLE ET DÉCOUVERTE

À la découverte de la destination Vignobles
& Découvertes « Camargue Languedoc Muscat
de Lunel » pour explorer le vignoble autrement,
toute l'année.



COURS DE CUISINE ENFANTS

Les enfants mettent la main
à la pâte... ou plutôt dans
les filets ! Lors de cet atelier
ludique, ils découvrent
les produits de la mer
et apprennent à réaliser une
petite recette simple inspirée
de la cuisine des pêcheurs.

L'atelier sera animé par
BII LOCAL - Gratuit



LYCÉE HÔTELIER GEORGES FRÊCHE

CRÉATION D'UNE TARTINE GÉANTE DE POULPE DE 8 MÈTRES DE LONG !

Participation des Bac pro cuisine du
lycée hôtelier aux Graulinades avec
leur professeur Éva Pizzo
et avec la présence de Gérard
Cabiron - MOF parrain des élèves
de cuisine du lycée Georges Frêche.



Antoinette Boniface
Laure Beaume
ESTOUFFADE DE POUFFRES

Après avoir vendu le pain avec
Christiane Roustau (qui l'été, entre
deux baigneurs, bronzaient en bikini
dans la courrette de la boulangerie),
Antoinette initie « sa belle-fille »
aux recettes d'autan, car Laure, son
pays, c'est plutôt celui des oliviers ;
ici ils ne sont que de bohème.

Charlou sera à leurs, à nos côtés.

Mets de l'huile !



Danièle Gros
Nicole Perez-Basciano
LISETTES À L'ESCAPÈCHE

Qu'il est loin le temps des brochettes
et des merguez à l'angle du pont.
Les deux cousines ont quasi passé leur
vie derrière et devant les fourneaux
tout le long du quai d'azur, de chalut
en cuisine du pêcheur.

Un soupçon de ras-el-hanout, deux
pistils de safran et pas d'os à rouziguer.

Et n'allez pas leur dire que leur poisson
il n'est pas frais !



Joe Beltran
Babé Gonzalez
CALMARS FARCIS
AU PESCAÛ GRAULEN

Au village des Graulois le feu couve
sous la glace ! Rien n'arrêtera notre
Lelousmarine, même si avec son
Ordralfabetiv ils ont depuis pris le large.

La Damido des poissonnières partagera
les fourneaux avec Babé, dont le père
Sauveur baptisa son bateau du nombre
de ses filles : 8.

Et n'allez pas leur dire que leur poisson
il n'est pas frais !



Martine Benso
Mélanie Benso
CROQUETTES DE POISSONS

Le pape, Larifa, ouvre le premier banc
de coquillages à côté du Paris, et grâce
au revenu des tellines bâtit sa maison.
Son fils Yves reprit l'étal avec Simone,
tout en faisant le saquet en face du
Petit Mousse. Martine y fit ses classes
d'écaillère, puis finit sa carrière au plus
près du pouvoir.

Après avoir épluché des data, Mélanie
fait escale à la plagette, car Mélanie
aime le mélo mais n'aime pas l'eau qui
relie la terre à l'angle des bateaux...



Véronique Duthail
Patricia Mounier
CHAKCHOUKA DE POULPES

Les Bonfig, c'est comme les poils de pull
d'Éléonore : quand y'en a plus y'en a
encore !

Véronique tabanège sur les quais tout
en ramenant ses filets.

Patou, encore une graulenne mariée
avec un ventre bleu, s'est retirée sur les
Terres de Camargue et recycle à loisir.

Ha ! ha ! Famille nombreuse, famille
heureuse, on a du cœur quand on naît
frères et sœurs.



Pauline Sais
Patricia Benso
POT AU FEU D'AILES DE RAIES

Héraclès aurait brillé au Zénith comme
les Négresses du cousin, mais elles sont
restées dans la cité, où, du haut des
phares, plus d'un siècle nous contemple.

Patricia, la raie, c'est aussi au milieu
ou de côté qu'elle vous la fera. La plie
sera bien mise, son brushing défilera le
mistral et la pelouse sera accompagnée
d'une pomme cuite.

Pauline, disciple d'Asclépios, délaïsse
les médi pour les ali...cements !