

Écrit par le 11 avril 2025

Erudis formation : un atelier culinaire à destination des étudiants d'Agroparc



Dans le cadre de leur cursus scolaire en BTS diététique 1ère année, les élèves du [centre de formation Erudis d'Avignon](#) ont réalisé ce mardi 23 mai un atelier culinaire à destination des étudiants d'Agroparc.

Comment un étudiant peut-il manger équilibré en ayant peu de temps et de moyens à consacrer à la cuisine?

Cette problématique a émergé suite à différents constats publics selon plusieurs études : « 39% des étudiants déclarent ne pas manger équilibré et parmi eux, 44% affirment qu'il s'agit d'un manque de temps », selon une étude de l'UNSEM réalisée en 2009.

[Ces études](#) montrent également que plus d'un tiers des étudiants âgés de 18 à 25 ans ont une alimentation qui se résume à des aliments prêts à consommer et à des produits transformés. 14% des étudiants déclarent ne pas consommer de fruits et légumes chaque jour et le grignotage est aussi un problème courant dans l'alimentation des étudiants.

Ecrit par le 11 avril 2025

58 % des étudiants avouent manger régulièrement des plats préparés ou fast-food

Un questionnaire en ligne a été confectionné et diffusé dans les différents établissements scolaires d'Agroparc, afin de connaître plus précisément la population que les élèves d'Erudis souhaitaient cibler lors de cette action de prévention.

Ils ont ainsi constaté : 72 % des étudiants déclarent se préoccuper de leur alimentation et estiment avoir des connaissances en termes d'équilibre alimentaire. Néanmoins, il ressort de cette même enquête que 58 % des répondants avouent manger régulièrement des plats préparés ou Fast Food, la principale cause constatée étant le manque de temps à consacrer à la cuisine.

Les élèves ont mené différents ateliers

Lors de cette action de santé dans les locaux du centre, les élèves animaient de nombreux ateliers : des confections de recettes rapides et équilibrées, une sensibilisation au bien manger, une distribution de fiche recette ou encore une dégustation des plats confectionnés.

Une tombola gratuite avait également été organisée avec de nombreux lots à gagner, offerts par leurs partenaires : [Fitness Park Montfavet](#), [Casino Cap Sud](#), [Erudis esthétique](#) ou encore coiffure Montfavet.

J.G.

Gordes fête les soupes ce week-end

Ecrit par le 11 avril 2025



Ce samedi 25 février, la commune de Gordes organise la seconde édition de Soupes en fête. Cet événement, qui aura lieu dans la salle des fêtes, est l'occasion idéale de réunir les passionnés de cuisine et de partager un moment convivial.

Les cuisiniers amateurs ont jusqu'à aujourd'hui pour déposer leur candidature afin de participer au Concours de Soupes en fête. Il leur suffit de [remplir la fiche d'inscription](#) et l'envoyer par mail à exposition@gordes-village.com avant demain.

Le concours est gratuit et ouvert à tous. Le jour-même, les participants devront arriver avec leur soupe sur les lieux à 18h30. Chacun devra prévoir un moyen pour maintenir la soupe au chaud si nécessaire. Les multiprises et rallonges seront fournies par la municipalité. Chaque candidat devra préparer minimum 6 litres de soupe faite maison et sans alcool. Les soupes seront évaluées par un jury composé de professionnels, d'élus et de gourmets.

Programme de la soirée

Le concours débutera officiellement à 19h. Une fois les prix attribués à 20h, le bar à soupe ouvrira ses portes et permettra de distribuer gratuitement les restes des soupes aux visiteurs. L'occasion de partager

Écrit par le 11 avril 2025

un moment chaleureux, tout en évitant le gaspillage !

Sur place, il y aura également un food truck, ainsi qu'un écailler. Et que serait un bon plat sans une bonne bouteille de vin ? Une cave à vin sera également installée sur place. Seul, accompagnée, en famille ou entre amis, cette soirée se passera dans une ambiance musicale et festive.

V.A.

Carpentras : un atelier cuisine animé par un finaliste de l'émission Masterchef



Dans le cadre du [projet alimentaire territorial du Parc naturel régional du Mont-Ventoux](#),

Ecrit par le 11 avril 2025

Zachary Nicolet-Dulmas, finaliste de l'émission Masterchef, animera deux ateliers de cuisine les 23 et 27 novembre, respectivement à la Maison du Citoyen de Carpentras et au salon Ventoux Provence Exposition

Zachary Nicolet-Dulmas, 26 ans, finaliste de l'émission Masterchef, originaire du Comtat et ancien élève du collège Raspail, est le parrain de la première édition de Ventoux Provence Exposition. Dans le cadre du [projet alimentaire territorial du Parc naturel régional du Mont-Ventoux](#), il animera deux ateliers de cuisine.

Le premier sera à destination des jeunes de la mission locale et sera organisé demain, le mercredi 23 novembre, de 10h à 14h à la Maison du Citoyen de Carpentras. Cet atelier sera l'occasion de cuisiner de la « street food maison ».

Le second atelier se tiendra le dimanche 27 novembre à 11h au salon Ventoux Provence Exposition. Il sera plus classique et mettra en valeur les produits du Ventoux.

J.R.

Une pluie d'étoiles Michelin sur les chefs d'Avignon et alentours

Ecrit par le 11 avril 2025



17 exactement, décernées ce lundi 16 mai à Châteauneuf-du-Pape, au Domaine de Vaudieu. Une seule femme, Fanny Rey de 'L'Auberge' à Saint-Rémy-de-Provence et 16 hommes. En haut de l'affiche, Glenn Viel de 'L'Oustau de Baumanière' qui a décroché pour la 3^e fois 3 étoiles. Ce breton de 42 ans adore créer, inventer. Même les titres de ses plats innovent comme 'Les côuteurs les pieds dans l'eau' ou 'La laitue serrée, une fleur pas comme les autres'. Formé à l'Hôtel Meurice à Paris, il entame sa 8^e année dans les Alpilles, tout en étant juré dans l'émission de M6 'Top Chef' pour la saison 13.

Partager le sens du beau

« Un plat, c'est une histoire, une présentation sans chichis ». Il ajoute : « Surtout, le propriétaire de l'établissement qui a reçu les plus grands personnalités du monde comme la Reine Elizabeth II d'Angleterre me laisse travailler, m'épanouir, être moi-même, il a envie d'avancer, ce n'est pas un financier mais un passionné, du coup je m'y sens bien. Ensemble on partage le sens du beau, du bon, du partage on est des artistes, des artisans du goût » conclut le triple étoilé.

Glenn Viel, chef de l'Oustau de Baumanière, et Frédéric Cruz, responsable de l'enseigne 'La Halle-Métro' installée au sein du MIN (Marché d'intérêt national). d'Avignon et partenaire du Guide Michelin.

Les autres étoilés

Ont reçu la fameuse plaque rouge Michelin pour leur étoile Jérémy Salia aux fourneaux de 'La mère

Ecrit par le 11 avril 2025

Germaine' à Châteauneuf-du-Pape, Florent Pietravalle de 'La Mirande', Pascal Auger de 'La Vieille Fontaine' place Crillon ainsi que Mathieu Desmarest pour 'Pollen' à Avignon. Ce jeune villeneuvois est passé par les cuisines de l'Elysée puis de L'Hôtel d'Europe avant d'ouvrir son propre établissement rue Joseph-Vernet. Lieven Van Aken a été récompensé pour sa carte à 'L'Aupiho' du Domaine Manville aux Baux-de-Provence. Autres lauréats : Michel Marini, le chef du 'Champ des Lunes' au Domaine de Fontenille à Lauris, Julien Allano pour 'Le Clair de plume' à Grignan, Noël Bérard qui a succédé à Edouard Loubet au 'Mas de Capelongue' à Bonnieux, Marc Fontanne pour 'Le prieuré' de Villeneuve-lès-Avignon, Romain Gandolphe du 'Vivier' à l'Isle-sur-la-Sorgue, Christopher Hache pour son restaurant éponyme à Eygalières, Matthias Schütz le chef du 'Tourel' à Saint-Rémy et enfin, Xavier Mathieu pour 'Le Phébus' à Joucas.

Frédéric Cruz de l'enseigne 'La Halle-Métro' installée au sein du MIN (Marché d'intérêt national). d'Avignon, partenaire du Guide Michelin, a salué « La qualité de cette cuisine créative, saine et authentique que proposent ces jeunes chefs récompensés qui sont les porte-drapeaux de la gastronomie et de l'excellence française ».

Un bon millésime aussi pour les 'Bibs Gourmands'

Quelques jours auparavant, le domaine de Vaudieu avait également été le théâtre de la remise des Bibs Gourmands dont la Halle-Métro est également partenaires.

« Pas moins de 15 prix » souligne Frédéric Cruz, déjà partenaire du fameux petit Guide rouge pour les étoilés, il se félicite de cette collaboration nouvelle. « Nous partageons les mêmes valeurs que Michelin, une restauration saine, savoureuse, de qualité. Et le meilleur rapport qualité-prix, 39€ entrée-plat-dessert. En plus, là il s'agit de jeunes chefs qui deviennent plus visibles grâce à cette distinction. Ils ne se connaissent pas forcément, chacun est seul dans sa cuisine avec sa brigade, ils habitent loin les uns des autres, et là, ils se rencontrent, ils échangent, ils parlent ensemble ».

« En tout, avec Métro Avignon, nous travaillons sur un périmètre assez large, le Vaucluse, le Gard, la Drôme et les Bouches-du-Rhône. Nous avons 370 fournisseurs attirés en maraîchage, charcuterie, fromage, épicerie, vin, cela booste les circuits courts et la proximité, comme le cochon du Ventoux ou les produits Filière. »

De son côté Laurent Bréchet qui recevait les promus dans son Domaine de Vaudieu a insisté : « C'est un échange gagnant-gagnant, les restaurants et le vin sont intimement liés, nous nous mettons en valeur mutuellement avec des plats qui magnifient nos cuvées et des millésimes qui magnifient vos plats. »

Ecrit par le 11 avril 2025



Les lauréats des Bibs gourmands ont pris une photo avec leur trophée rouge au pied d'un cèdre du Liban qui trône dans la propriété de Vaudieu. Il a été planté quand a été construit le château, c'est à dire au XVIIIème siècle, en 1767, « C'est un gage de pérennité et de sérénité » explique Laurent Bréchet, le propriétaire des lieux.

Les 15 lauréats des Bibs Gourmands :

6 à table / Pascal Poulain à Caromb
 La maison de Cérou / M. Gouven à Châteauneuf-de-Gadagne
 Côteaux et fourchettes / Cyril Glemot à Cairanne
 Italie là-bas / Italia Palladino à Avignon
 L'Agape / André Gleize Avignon
 L'Oustallet Maïanen / Christian Garino à Maillane
 Le clos Saint-Roch / Emmanuel Billaud à Maussanne
 Auberge La camarette / Hugues Marrec à Pernes-les-Fontaines
 Le bistrot des Roques / Benoît Perrotin à Saint-Pantaléon
 Le bon temps / Rochard Auray à Sénas
 L'Atelier Art des mets / Romain Dumas aux Taillades
 Côté sud / Florian Perrin à Uchaux
 Maison duo / Philippe Zemmour à Vaison-la-Romaine

Ecrit par le 11 avril 2025

Bistrot Villedieu / Gérald Azoulay à Villedieu
C'la vie / Richard Durand à Orsan



Ecrit par le 11 avril 2025

Delphine Dumont, 'Comment je me suis lancée dans l'édition de livres pour enfants'



Delphine Dumont est auteure-illustratrice de livres pour enfants et fondatrice de l'entreprise 'Plumes et confettis' qu'elle a créé en 2018 dans son atelier de Laudun. «J'ai toujours aimé dessiner. Après la naissance de ma fille, Juliette, j'ai eu l'opportunité de réaliser mon rêve, concevoir de A à Z des ouvrages pour enfants.»

Plumes et confettis«Oui c'est un nom d'entreprise qui sort de l'ordinaire évoquant les plumes pour la douceur, le côté douillet de l'enfance et l'écriture et des confettis pour l'aspect joyeux et festif ! J'ai toujours aimé dessiner, petite j'ai réalisé une fresque sur l'un des murs extérieur de la maison familiale... Que j'ai promptement nettoyé à la demande de mes parents. Mais ça y est, plusieurs décennies après c'est devenu l'histoire de l'un de mes ouvrages.»

Ecrit par le 11 avril 2025

Une nouvelle aventure

«Comment je m’y prends ? Tout d’abord je rédige l’histoire, les images me parviennent au fil des mots. Je dessine et colorie sur papier, au feutre acrylique, puis j’établis mon chemin de fer, calibre le texte dans la page. Mes livres naissent sur Indesign et photoshop grâce à des formations techniques délivrées par la Chambre des métiers de Nîmes qui m’a beaucoup aidée lors de la création de mon entreprise.»



Faire la cuisine ensemble, c’est s’amuser à apprendre à compter, peser, suivre les étapes...

Fabrication & distribution

«J’envoie mon livre sous format informatique à [KDP](#), le site dédié d’Amazon pour être publié, puis je commande le nombre d’exemplaires voulu. La plate-forme permet de saisir et de mettre en page son ouvrage, d’en faire un livre numérique (e-book) ou papier broché ou relié. J’ai fait établir des devis pour publier plus localement mais techniquement cela ne s’est pas révélé possible.» La distribution ? «Elle se fait par plusieurs voies comme sur les marchés, rendez-vous de l’artisanat, sur mon site internet (réalisé par [Ambition Web](#) avec [Armand Cointin](#)), par Amazon où les ouvrages sont publiés à la demande et peuvent être commandés, à tout moment, depuis le monde entier ou encore sur la plateforme Etsy. »

Ecrit par le 11 avril 2025

Les livres

Ce sont des [livres](#) d'histoire, des livres de cuisine 'Mes premières recettes' volumes 1 et 2, des livres d'activités de coloriages et de jeux. Leur particularité, [les héros](#) sont le plus souvent des animaux : pandas, licornes, chats, lapins, lions, koalas, ours, chiens, éléphants, zèbres, singes et girafes qui possèdent tous des noms gourmands. Les livres rencontrant le plus de succès ? Les recettes de cuisine et ils ont un succès fou... Au Canada ! L'objectif ? S'amuser en suivant des recettes de gâteaux. Et puis on y apprend à peser, pétrir, faire mijoter, battre les œufs en neige, chauffer au bain-Marie. On s'exerce à compter, à lire, à développer sa créativité, son palais tout en s'amusant. Ce sont des livres d'initiation qui permettent aux enfants de grandir et de, très tôt, participer à la réalisation des recettes. J'ai même conçu un livre de recette sans gluten, 'Mes premières recettes sans gluten'.

Des kits pour s'occuper seul ou en famille

«J'ai également réalisé des [kits](#) pour apprentis cuisiniers comprenant '1 livre, 1 tablier enfant, 1 toque en papier et 3 emportes-pièces' ; 'Mes jeux de vacances' comprenant des coloriages, des jeux, des crayons de couleurs, 1 stylo et une gomme. Cela permet de disposer de 'tout-en-un' bien pratique lorsqu'on prépare un voyage ou pour un [cadeau](#) d'anniversaire. Ou encore, parce que c'est bientôt l'hiver, 'Coudre ses propres décors de Noël'...» Tutos [ici](#).

Ecrit par le 11 avril 2025



Lire, se raconter des histoires...

Expliquer la mort aux enfants

Ma sœur, Julia Audinet-Giroire qui est médecin, a évoqué la nécessité de parler de tout avec les enfants, notamment de la mort qui est un sujet à la fois délicat mais inévitable. Nous avons écrit l'[ouvrage](#) 'Ton image s'évapore, ton souvenir persiste, comment expliquer la mort aux enfants' où il est question d'une petite fille qui fait face à la disparition de son chat. Notre objectif ? Dédramatiser et surtout apaiser. Et pour cela nous avons fait un tour d'horizon de toutes les croyances du monde que nous expliquons à l'enfant avec des mots simples et sincères. C'est un conte didactique qui permet à l'adulte, si l'enfant est petit, et à l'enfant s'il le peut déjà lire, d'approcher le sujet doucement et simplement.»

Des étoiles plein les yeux à l'école

«J'interviens dans les [écoles](#) pour créer des livres avec les enfants. Le travail s'étend sur 3 ou 4 demi-journées en classe durant lesquelles nous créons une histoire, un personnage principal et les aventures qu'il va vivre. Le thème de l'ouvrage a été défini, en amont, avec l'instituteur. Chaque enfant sera l'auteur et l'illustrateur d'une page. Je prépare une base de données d'images un peu géométriques afin

Ecrit par le 11 avril 2025

de rendre accessible le dessin à tous les enfants très rapidement. Le but ? Les convaincre qu'ils sont capables de faire tout cela parce qu'ils doutent beaucoup d'eux. La magie ? Les rendre fiers de leur travail et les voir partir avec, à la main, le livre dont chacun a réalisé une page. Au terme de ce travail, un livre illustré en couleurs de 25 à 30 pages, ils ont des étoiles dans les yeux et c'est la meilleure récompense.»



Oui, chaque enfant d'une classe peut réaliser une page du livre qui sera édité !

10 livres

«J'attaque mon [11^e livre](#) avec l'auteur Alain Surget. Ma plus grande satisfaction ? Offrir aux parents un moment d'échange et de tendresse avec leurs enfants. Je sais aussi que les pères, les grands-pères sont de plus en plus nombreux à utiliser mes livres de cuisine avec leurs enfants et petits-enfants parce que les recettes y sont simples, accessibles et inratables. Les histoires lues par une personne que l'on aime, sa gestuelle, sa voix offrent des moments plein de tendresse à jamais gravés dans le cœur de l'enfant et ces moments choisis ne s'éteindront jamais dans la vie de l'un comme de l'autre. Cela fait naître des images et des bulles de bien-être sans doute ineffaçables, des moments de lâcher prise bien venus après des journées souvent aussi rythmées que remplies.»

Ecrit par le 11 avril 2025

La Grangette, le potager connecté qui fleurira dans les cuisines



Tout part d'un besoin impérieux : trouver du sens. Ce dernier prendra la forme d'un mobilier niché en plein cœur de la cuisine pour une alimentation de qualité, fraîche et locale.

Après quatre années d'expérimentations, naissance de La Grangette, un potager d'intérieur dont les courbes ont été conçues par celui même qui a [désigné la Ferrari](#). Un prêt BPI France, une exposition dans le 2e plus gros terminal d'affaires d'Europe et une renommée grandissante. Thibaut Pradier nous présente le potager du futur.

Installé à Agroparc, [l'entrepreneur](#) de 48 ans, nous ouvre les portes de son laboratoire. L'endroit est apaisant. Un tableau de végétation s'offre à nous, le bruit de l'eau ruisselante et le vert nous plonge dans la nature. A l'étage, la 'nursery', les bébés pousses seront bientôt installés dans le laboratoire. Tout ce

Ecrit par le 11 avril 2025

végétal terminera son voyage dans 'La Grangette', un potager d'intérieur offrant les meilleures variétés de plantes, de salades et d'aromates. Non content d'offrir une alimentation saine, ce luxueux mobilier est connecté et autonome. Il permet à ses utilisateurs de piloter l'ensemble à distance via une application mobile. La première étape de cette aventure ? Créer un prototype. C'est chose faite, il trône au milieu de la salle et nous attire comme un aimant.

De IAM aux salades

L'entrepreneur spiripontain de naissance ne se prédestinait pas à l'agriculture. Ingénieur du son, Thibaut Pradier mène une première carrière dans l'industrie musicale et collabore avec IAM, Soprano ou le Wu-Tang Clan. L'homme traversera la manche pour s'installer à Londres à 17 ans et se construire un large réseau. Il y restera plusieurs années avant de revenir en France et de fonder sa société à l'âge de 24 ans. « J'ai totalement changé de secteur pendant 5 ans pour diriger un hôtel et un golf », se remémore-t-il. Il sillonnera les pays d'Europe avec pour seul objectif : faire la promotion de la Provence et décrocher des contrats. Thibaut dirigera par la suite le groupe familial pendant quinze ans, une industrie du BTP spécialisée dans les carrières.

Rapidement, les questions existentielles prennent de la consistance, quels sont les besoins qui ont du sens ? « Mon épouse me faisait régulièrement part de son envie de manger des fruits sains, locaux et avec un bon goût », explique l'entrepreneur. La technologie lui fait également de l'œil. La combinaison entre agriculture et intelligence artificielle s'immisce progressivement dans son esprit. « J'ai pensé à mon grand-père qui m'engueulait quand je marchais sur son potager à Pont-Saint-Esprit. Avec du recul, j'ai compris qu'il avait trouvé la solution pour bien manger », reconnaît-il. Le raisonnement prend forme, le projet se dessine, « si nous arrivons à créer des voitures autonomes, pourquoi pas des potagers ? »

Ecrit par le 11 avril 2025



Bénédicte et Gaël en pleine session jardinage. Crédit photo : Linda Mansouri

Le 'vertical farming' naît au Japon

« Le 'vertical farming' ou agriculture verticale a démarré au Japon. 90% des salades et aromatiques viennent du vertical farming, en raison de la pollution et du manque d'espace », explique Thibaut Pradier. Pays montagneux de 127 millions d'habitants dont la surface agricole est six fois plus réduite que celle de la France, le Japon n'a pas d'autres choix pour nourrir ses habitants. Pour avancer sur le chemin de l'autosuffisance alimentaire, les Japonais ont accueilli à bras ouverts le concept de fermes verticales. Mais c'est après la catastrophe nucléaire de Fukushima en 2011 que les fermes verticales ont vraiment pris leur essor.

Dans une ferme verticale, les cultures ne sont pas tributaires de la surface au sol, les légumes sont cultivés sur plusieurs étages. Des bacs de végétaux en rangs sont placés sur des étagères superposées et poussent hors-sol, dans un environnement clos et contrôlé. Les légumes puisent de l'eau dans laquelle

Ecrit par le 11 avril 2025

leurs racines baignent (ce qu'on appelle l'hydroponie). Sous la lumière de néons, les racines trempent dans une solution riche en nutriments comme le potassium.

« L'eau est toujours équilibrée en Ph, la température, l'hydrométrie, l'ensoleillement sont contrôlés. Dans un potager indoor, il y a un lever et un coucher de soleil », nous explique Thibaut Pradier. Les herbes cueillies seulement à maturation conservent toute leur fraîcheur, leur goût et leur saveur et ce, tout au long de l'année. Une particularité importante, notamment pour les nombreux clients étoilés.

Le 'vertical farming' comprend 3 volets distincts : l'industrie (exemple : [Nordic Harvest](#), l'une des plus grandes fermes verticales d'Europe à Copenhague), le conteneur (exemple : [Freight farms à New-York](#)). « Et puis, il y a nous, directement du producteur au consommateur, dans votre cuisine. C'est une culture que l'on appelle 'verticale' car l'espace au sol tend à diminuer. A l'avenir, il y aura moins de jardins et de terres agricoles, il faut donc trouver des solutions pour nourrir une population grandissante », alerte le visionnaire.

A son arrivée à Avignon en 2018, Thibaut Pradier n'a qu'un seul objectif : élargir ses connaissances et rencontrer un maximum d'interlocuteurs. Pour ce faire, il rejoint les rangs de l'association incontournable en la matière : '[Association for Vertical farming](#)', suivi d'une adhésion à [Innov'alliance](#) ainsi que [Vegetalis](#). L'entrepreneur, autodidacte et visionnaire, en est persuadé, « dans 20 ans, toutes les cuisines seront équipées d'un potager indoor, au même titre que les fours et frigos ont fait leur première apparition dans les foyers. »

Ecrit par le 11 avril 2025



Ecrit par le 11 avril 2025

Et voici le bébé. Crédit photo : La Grangette

35 plantes, 3 univers

La Grangette gravite autour de trois univers distincts : les aromatiques, la salade et les plantes healthy 'bien-être'. « Nous proposons 35 plantes différentes, pak Choi, épinard, shiso, mizuna, camomille, souci, etc. Parmi les aromatiques, du basilic thaï, grecque, citron... 64 plantes poussent dans une Grangette, pour une famille de 4 à 6 personnes. La pousse est deux fois plus rapide que dans l'agriculture conventionnelle. Inutile de se préoccuper du gel ou du froid en hiver. Nous travaillons avec des pépiniéristes dans la région qui proposent même de la menthe banane. C'est une des raisons qui nous a poussés à nous installer à Avignon. Les plus gros semenciers internationaux sont situés dans la région : [Gauthier semences](#), le japonais [Sakata](#), le hollandais [Rijk Zwaan](#)... Eux fournissent les graines, et nous, nous testons. »

Chez La Grangette, aucune plante n'est génétiquement modifiée, « nous utilisons les graines des catalogues existants ». Toutefois, l'entrepreneur nuance : « tout est génétiquement modifié, à commencer par nous-même. Il faut dédramatiser la génétique, l'important, c'est ce qu'on en fait. Est-ce dans le cadre d'une agriculture intensive ? Est-ce animé par l'appât du gain financier ? Ce qui nous intéresse, ce n'est pas l'industrie mais construire quelque chose qui a du sens. »

Ecrit par le 11 avril 2025



Crédit : La Grangette

CES de Las Vegas et 'New York tech summits'

Au CES de Las Vegas, l'entrepreneur identifie de grandes marques notables. Samsung, LG, Ikea présentaient déjà leur prototype de meuble. « On s'est dit que si les leaders de l'électroménager se lancent, c'est qu'un vrai marché est en train de se créer », souligne celui qui ira ensuite fouler le sol du salon indoor New York Tech Summits avec [Bénédicte Pariaud](#), agronome et première artisane de la réussite de la Grangette. « Nous avons été sélectionnés parmi les 'start-up innovantes'. 200 personnes parlaient de l'indoor farming, 50% étaient américains, 40% asiatiques. Parmi les pontes, des chercheurs, des investisseurs et même le frère d'Elon Musk, [Kimbal Musk](#), qui fait pousser des salades dans les conteneurs », se remémore l'entrepreneur.

Rtone Lyon à la manœuvre

Très vite, Thibaut lance un appel d'offre, [Rtone](#) sera sélectionné. La société lyonnaise fabrique depuis plus de 10 ans des prototypes pour des grandes comme des petites marques. Il recrute ensuite Bénédicte Pariaud, issue d'[AgroParisTech](#) et titulaire d'un doctorat à l'[INRAE](#). C'est une référence dans

Écrit par le 11 avril 2025

l'agroalimentaire. Elle a travaillé 10 ans chez trois semenciers mondiaux, a voyagé dans le monde entier, étudié les pathologies des plantes... « C'est mon premier pilier dans cette aventure. On crée un objet qui crée la vie... », philosophe Thibaut Pradier.

Ce dernier travaille alors avec 35 ingénieurs de chez Rtone pour aboutir à un premier POC, (proof of concept) ayant pour vocation de montrer la faisabilité du procédé. « Nous sommes le seul projet à faire travailler toute la gamme d'ingénieurs : hardware, software, cloud, intelligence artificielle, mécanique, fluide... Bénédicte, pendant ce temps, s'affairait à sélectionner les meilleures semences dans toute la région. J'apprends beaucoup avec la jeunesse. Je suis autodidacte, je n'ai pas le bac, j'ai tout appris sur le terrain », confie Thibaut Pradier.



Chaque plante est méticuleusement testée. Crédit photo : Linda Mansouri

Écrit par le 11 avril 2025

Et l'environnement ?

Économes en eau, les fermes verticales n'en demeurent pas moins énergivores. Elles n'utilisent pas la lumière du soleil, mais un éclairage artificiel de LEDs qui diffuse un spectre lumineux optimal. Toutefois cette consommation énergétique est à mettre en rapport avec, d'une part la productivité accrue des fermes verticales, et d'autre part la diminution radicale des coûts et des impacts environnementaux liés au transport des aliments.

« En rapprochant le lieu de production du lieu de consommation, nous réduisons considérablement les coûts d'approvisionnement », fait valoir le CEO. Et d'ajouter : « Nous consommons 90% moins d'eau que l'agriculture conventionnelle car nous sommes dans un circuit fermé. Pas de déchet, d'emballage, de plastique, d'herbicide, ni de pesticide. Le bilan carbone est 4 fois moins important que dans l'agriculture conventionnelle et l'énergie utilisée pour faire tourner les camions, les tracteurs, les avions, les bateaux... »

Autre avantage majeur, la traçabilité : les consommateurs savent exactement d'où proviennent leurs légumes. La qualité est également au rendez-vous selon le chef d'entreprise. « On cueille à maturité. Il faut savoir qu'à partir du moment où la plante est coupée, elle perd 50% de ses vitamines et nutriments en 48h. Ici, on coupe, on met dans l'assiette et on mange. Inutile de laver la salade. Au contraire, le goût explose en bouche », s'exclame-t-il.

Ecrit par le 11 avril 2025



Bienvenue au laboratoire. Crédit photo : Linda Mansouri

Un potager connecté et autonome

Autre atout phare de la Grangette, l'application mobile associée qui propose une large gamme de services connectés. « Grace aux capteurs, un millier de 'data points' nous permettent de recréer la courbe de vie d'une plante. » L'application est capable de faire du prédictif, de suggérer le meilleur emplacement pour permettre à la plante de pousser idéalement. Un dîner dans 15 jours avec 6 personnes ? Il ne manque plus qu'à paramétrer l'application pour que cette dernière vous propose une date de semence et de collecte des salades.

« L'homme a envie d'être acteur tout comme il est consommateur. La Grangette, c'est un mélange entre le physique et le digital. Toutefois, l'homme n'est pas dépendant du numérique, la Grangette ne contient aucun bouton, vante le fondateur. Vous saurez quelles sont les plantes prêtes à être collectées aujourd'hui, demain, la semaine prochaine ou dans 6 mois. » Intelligence (planification), visualisation de

Ecrit par le 11 avril 2025

sa Grangette, assistance, réalité augmentée, tout est pensé pour une application complète et fonctionnelle.

Crédit photo : la Grangette

Positionnement très haut de gamme

Face aux monstres industriels de l'électroménager (Samsung, LG, etc.), inutile de se lancer dans une bataille digne de David contre Goliath mais privilégier plutôt un positionnement différenciant. « C'était le pot de terre contre le pot de fer, métaphorise-t-il. Il fallait partir sur du très haut de gamme, une stratégie de 'early adopters' (ndlr : un client qui achète systématiquement les nouveaux produits dans une catégorie donnée). Nous sommes sur une offre élitiste, c'est notre carte de visite. Concevoir et mettre sur le marché un produit hors normes engendre automatiquement des coûts. La première voiture n'était pas accessible à grand monde, idem pour la Tesla, à l'origine très coûteuse. Avec le temps, nous souhaitons que la Grangette se démocratise pour orner de nombreuses cuisines. »

Pour illustrer ce positionnement super premium, Thibaut fait appel à nul autre que [Pininfarina](#) qui dessinera les courbes de la Grangette. « Nous avons longuement travaillé sur l'expérience utilisateur (UX), il fallait dessiner un beau produit », explique le fondateur. Pininfarina est leader mondial du design, à l'origine des courbes de toutes les Ferrari depuis 90 ans. La société a également travaillé avec Airbus, Lavazza, Peugeot, et bien d'autres. « Je les ai rencontrés à Turin, nous avons des valeurs similaires concernant le sustainable (durable), la technologie et le luxe, liste-t-il. En France, il y a deux choses que l'on sait très bien faire : le luxe (artisanat haut de gamme) et la gastronomie. Pour notre part, on fabrique en France, on valorise le savoir-faire, on design en Italie, les saveurs viennent de Provence. Nous avons une belle histoire à raconter. »

Ecrit par le 11 avril 2025



Crédit photo: Linda Mansouri

Exposition au terminal d'affaires de Nice

La Granette s'est offerte le luxe d'exposer son végétal durant 3 semaines au sein du terminal d'affaires de Nice, 2e plus gros d'Europe. « Le public est constitué d'hommes d'affaire, de cadres supérieurs arrivant à bord de jet privé. Le trafic était intense pendant le festival de Cannes en juillet. Je ne connaissais pas cet univers qui fonctionne avec ses propres codes », pointe-t-il. Une belle victoire pour le Granette qui suscitera l'enthousiasme de la cible CSP+++ , disposée à acheter le produit alors qu'il s'agit encore que d'un prototype. « Les retours sont très positifs, nous avons pu échanger avec des publics divers, de la cible d'affaire aux employés (bagagistes, pilotes, commerçants, etc.).

Ecrit par le 11 avril 2025



Exposition au terminal d'affaires de Nice. Crédit photo: la Grangette

Objet d'art

La beauté du produit, son design unique et noble en font un mobilier à part entière. « La première réaction du public porte sur la beauté de l'objet, souligne Thibaut Pradier. C'est un objet d'art, un visuel, un univers. On ne fait pas que pousser des légumes, on crée une atmosphère dans la maison. Une fois ouverte, La Grangette diffuse toutes ses senteurs qui embaument la cuisine, le toucher est exceptionnel, c'est toute une expérience. On souhaite travailler avec des architectes et des designers qui proposeront la Grangette à leur clientèle. » Le service apporté fait également la différence. A réception chez le client, le mobilier est déjà rempli de végétaux, sur mesure, adapté aux besoins du client. Il pourra ainsi dès le premier jour récolter sa salade et ses aromates.

Ecrit par le 11 avril 2025

100 unités en septembre

A partir de septembre, 100 unités seront ouvertes pour réservation. Si les 100 commandes sont validées, les banques seront rassurées, la fabrication pourra débuter. Une levée de fonds ? Hors de question pour le fondateur qui refuse tout capital risque. Plutôt, un prêt à l'innovation de BPI France et de l'autofinancement. « Nous travaillons comme une start-up finalement au niveau de la méthode, mais au niveau du financement nous travaillons comme une société traditionnelle, reconnaît-il. Nous vivons tous les 6 mois, avec des étapes à franchir. Nous avons désigné le produit et l'expérience, nous sommes passés du rêve à la réalité. Nous avons réussi quelques étapes mais c'est comme le Tour de France, il nous en reste encore 20... »

(Vidéo) Melon en fête : concours juteux pour amateurs passionnés



Ecrit par le 11 avril 2025

La municipalité de Cavillon organise samedi 3 juillet 2021, dans le cadre de la manifestation 'Melon en fête', un concours culinaire amateur qui a pour objet la réalisation de recettes sucrées ou salées avec pour thème imposé le 'melon de Cavillon'.

Trois beaux prix à gagner, en présence de [Jean-Jacques Prévôt](#) :

- 1^{er} prix : un repas pour 2 personnes à la Maison Prévôt d'une valeur de 200 €
- 2^{ème} prix : un robot de cuisine d'une valeur de 150 €
- 3^{ème} prix : une mallette et/ou des ustensiles de cuisine d'une valeur de 80 €

Nombre de places limité, téléchargez le [formulaire d'inscription](#) et le [règlement](#). Les plats devront être préparés à l'avance mais dressés sur place au moment du concours. Ils feront l'objet d'une évaluation par un jury composé de 4 personnes. Les formulaires d'inscriptions sont à retourner à l'accueil de la mairie ou bien à envoyer par e-mail à commerce@ville-cavillon.fr avant le mercredi 30 juin à 17h.

Les producteurs d'ail de Piolenc cuisinent dans un champ

Ecrit par le 11 avril 2025



L'Association des Producteurs d'ail de Piolenc (APAP) organisera une émission de cuisine pour le moins novatrice. Une cuisine sera installée dans un champ d'Ail de Piolenc, et un chef étoilé, [Christian Etienne](#), y cuisinera les délicieux produits du terroir. Le rendez-vous est donné ce jeudi 6 mai à 17h30, en direct de la page Facebook : [Ail de Piollenc](#).

Seront conviés à cette émission, les producteurs d'Ail de Piolenc de l'APAP, ainsi que des agriculteurs produisant : endive, fraise, blette, pommes de terre (Nicolas Bérard) ; miel et produits dérivés (Frédéric Jouffre) ; volaille, œufs, farines de blé et d'épeautre, huile d'olive (Robert Champ) ; fromage de chèvre (Raymond Bagnol) ; patate douce (David Biscarrat) ; artichaut, asperge, lentille, pois chiche (Sylvain Bernard) et vins (Gregory Payan).

L'ensemble des produits de Piolenc seront rassemblés dans un garde-manger et le chef pourra y piocher

Écrit par le 11 avril 2025

pour préparer des recettes 100% locales. Pour l'Ail de Piolenc, il lui suffira d'en sortir un de terre, au champ !

Pour vous inscrire, [cliquez ici](#).

La Mirande : une cuisine étoilée pour le prix d'un 'street food'

Ecrit par le 11 avril 2025



[Florent Pietravalle](#), le jeune et talentueux chef de cet hôtel 5 étoiles, a débarqué il y a près de 5 ans en face du Palais des Papes, invité par [Martin Stein](#), le propriétaire de cette demeure raffinée du XVIIIe siècle. Il était venu pour prendre un café, et découvrir ce lieu unique, il n'est plus reparti !

Ecrit par le 11 avril 2025

Né à Montpellier il y a une trentaine d'années, il a fait ses classes auprès des plus grands (le regretté Joël Robuchon, Pierre Gagnaire ou [Jean-Luc Rabanel](#)) et il a décroché sa 1^{re} étoile Michelin au printemps 2019. Une année hors norme, puisqu'en juin dînait en famille à sa table l'ancien président américain Barack Obama...

« Venu pour prendre un simple café il y a 5 ans, il n'est plus reparti depuis ! »

Et depuis 1 an de Covid, la fermeture des restaurants a poussé Florent Pietravalle à « se réinventer » comme il dit avec un large sourire. « D'habitude, quand on travaille on est seul en cuisine avec sa brigade, on ne voit que rarement ses confrères cuisiniers. Alors j'ai profité de cette situation sanitaire particulière pour appeler mes copains et je leur ai demandé s'ils étaient d'accord pour venir chez moi une semaine apporter leurs idées, leurs recettes, leur créativité et concevoir avec moi des plats à emporter. » Ainsi, ces derniers mois, ils sont une dizaine à avoir fait leurs gammes sur le magnifique 'piano' de 2 mètres de long, dans les sous-sol de La Mirande où trône une immense table en sycomore blond et où s'entassent sur d'innombrables étagères des plats, des assiettes, des marmites, des brocs des plus grands céramistes provençaux des siècles passés.

Il y a quelques semaines, c'était [Victor Mercier](#), vainqueur de la saison 9 de 'Top Chef' qui était à ses côtés. Ce dernier avait succédé à Carlos Bear, amateur de bœuf de l'Aubrac mûré, de mimolette fumée et de cheese-cake. La semaine dernière c'est [Enrique Casarrubias](#), un chef mexicain installé depuis 3 ans dans le 17^e arrondissement à Paris ([restaurant Oxte](#)) qui s'est vu décerner sa 1^{re} étoile Michelin, qui est venu lui prêter main forte... Et surtout n'allez pas lui parler de chili con carne. Lui, ce qu'il aime ce sont les piments, la farine de maïs sans gluten, les tacos, bref les vraies saveurs de son pays.

Cette semaine c'est au tour de Tristan Weinling et Yann Maget du [restaurant Utopie à Strasbourg](#) (jusqu'au 2 avril), puis leur succèdera l'humoriste et excellent cuisinier et pâtissier Artus (5 au 9 avril), Arnaud Laverdin de [la Bijouterie](#) à Lyon (12 au 16 avril), [Antoine Bergeron](#) de [la Charpinière](#) à Saint-Galmier 19 au 23 avril), [Charles Coulombeau](#) de [la Maison du parc](#) à Nancy (26 au 30 avril), [Edouard Chouteau](#) de [la Laiterie à Lambertsart](#) (3 au 7 mai), le chef pâtissier [Brandon Dehan](#) de [l'Oustau de Baumanière](#) aux Baux-de-Provence (10 au 14 mai), [Julien Allano](#) du [Clair de la plume](#) à Grignan (17 au 21 mai) et [Guido Niño Torres](#) du [Likoké](#) aux Vans (24 au 29 mai).

« Tous solidaires pour traverser cette crise ensemble. »

« Nous vivons un moment exceptionnel et éphémère, ajoute Florent Pietravalle. Mon but n'est pas de tirer mon épingle du jeu, mais de faire ce que ma passion pour la cuisine m'inspire. Un restaurant c'est le cœur d'un microcosme, mais seuls nous ne sommes rien. Nous dépendons des autres, des bouchers, des poissonniers, des pêcheurs, des éleveurs, des maraîchers qui vivent près d'Avignon. Nous sommes tous solidaires pour traverser cette crise ensemble. » ajoute Florent Pietravalle.

Depuis qui a eu l'idée de cette 'Street food', les commandes affluent. D'une cinquantaine de paniers par jour, il est passé à une centaine. Ses clients : des habitués des salons feutrés et des terrasses de La Mirande, mais aussi des nouveaux, des jeunes gens qui accèdent ainsi à une cuisine gastronomique pour

Ecrit par le 11 avril 2025

seulement 20€ le plat, 25€ avec entrée et dessert.

Contact : 04 90 14 20 20 - www.la-mirande.fr



La semaine dernière, c'est le chef étoilé mexicain [Enrique Casarrubias](#) qui a répondu à l'invitation de son compère, [Florent Pietravalle](#), le chef de la Mirande.