

BRUNCH 2

SAMEDI & DIMANCHE

12h - 17h // 11h - 17h

BUFFET À VOLOI

Café, Thé, Jus d'orange, Céréales
Viennoiseries, Plats chauds,
Salades, Desserts

BILLARD

Jeux de Société

D.J

BABY-FOOT

Flipper

De buik van PARIJS

De beroemde markthallen zijn er inmiddels allang niet meer, maar de culinaire ontwikkeling van de stad dendert onverminderd door. Wie de levendige en ongedwongen culinaire scene van Parijs wil ontdekken, bezoekt een markt voor de beste ingrediënten en delicatessen uit de regio en gaat niet voor sterren, maar schuift aan bij een van de vele topbistro's die de stad rijk is. *En marche!*

Tekst en foto's: Renée Conradi



Parijs: het epicentrum van de gastronomie. Tenminste, dat zou je denken. Want ook dit jaar verwerfde de Franse hoofdstad geen toptiennotering in de lijst van vijftig beste restaurants ter wereld. Hoogst genoteerd, op de twaalfde en dertiende plaats, zijn Alain Passard en Alain Ducasse; los van hun uitzonderlijke staat van dienst niet bepaald *new kids on the block*. Al betekent dit niet dat de *fine fleur* van de Parijse gastronomie uitstervende is. Integendeel. Parijs is volop in bloei, het zijn alleen niet langer de Michelin-sterren die de culinaire identiteit van de stad definiëren. In laagdrempelige topbistro's worden tegenwoordig de sterren van de hemel gekookt en na een bezoek aan een van de vele lokale markten en artisanale speciaalzaken weet je weer precies waarom Parijs de culinaire hoofdstad van Europa is.

Rue de Lévis

In het noordwesten van Parijs ligt het 17e arrondissement. Dit stadsdeel, besloten tussen de Arc de Triomphe en de Sacré-Cœur, ligt enigszins buiten de gebaande paden. Hier vind je geen belangrijke bezienswaardigheden, bekende musea en de daaraan inherente souvenirwinkels vol prullaria. Dit is het Parijs van de Parijzenaren. De stad zoals je die kent

uit *Paris, je t'aime* – of iedere andere film die je weemoedig naar de stad doet verlangen. Centraal in dit arrondissement ligt de Rue de Lévis: een van de oudste marktstraten van Parijs. Carole Metayer, culinair geograaf en mijn gids voor vandaag, vertelt dat de straat dateert uit omstreeks 1600, maar dat de artisanale identiteit ervan pas is ontstaan in de 19e eeuw. Steeds meer slaggers, bakkers en andere speciaalzaken vestigden zich er in de hoop hun klandizie te delen. Het werkte, want nog steeds is de Rue de Lévis de voornaamste marktstraat van West-Parijs. Carole: “Hier was én is nog steeds alles te krijgen. Dat komt doordat de grote *hypermarchés* zich niet mogen vestigen in het centrum. Kleinere supermarkten worden gedoogd, maar de gemeente doet er alles aan om de traditionele winkels en markten te behouden.”

Monoshops

Naast de authentieke slager, de bakker en de visboer vind je in de Rue de Lévis ook vernieuwende concepten en winkels met specialiteiten uit andere Franse regio's. We bezoeken La Meringaie, een hippe zaak die enkel pavlova's verkoopt. We gaan voor de Pélagie: een pavlova waarvan het lichtglanzende meringueschuim in de typerende

bloemvorm heerlijk krokant vanbuiten is en vanbinnen nog enigszins zacht. De room is ongezoet maar op smaak gebracht met kaffirlimoen, wat in combinatie met de topping van zoetzure passievrucht en framboos een haast perfecte smaaksensatie oplevert. Volgens eigenaar Benoît Bardon telt Parijs steeds meer winkels die zich specialiseren in één lekkernij, de zogeheten monoshops: “Het is helemaal van deze tijd om je ergens in te specialiseren. Het is een soort zoektocht naar de ultieme receptuur. Wij doen dat met pavlova, maar er zijn ook zaken die gespecialiseerd zijn in eclairs, brioche of choux à la crème. Zo zetten we klassiekers opnieuw op de kaart.”

Gouden medailles

We lopen verder de straat in en wat opvalt is dat vooral ambachtelijke winkeliers een extra kraam of kar voor hun winkel hebben staan. Ze prijzen er hun *offres spéciales* aan – van verse groente en fruit tot aan rotisseriekip-petjes, kokkels en coquilles. Bij sommige koopmannen kun je daarnaast terecht voor een broodje ham of een andere simpele snack zonder al te veel poespas. Het is streetfood op zijn Frans. Eenvoudig, maar bereid met alleen de allerbeste ingrediënten. Na een

“We zetten Franse klassiekers opnieuw op de kaart.”

kleine proeverij bij fromagerie Fromage et Détail – waar je naast Franse kaas ook hele hompen verse boter kunt kopen – stappen we binnen bij slagerij en traiteur Maison Bouvier. Volgens Carole staat eigenaar Gérard Kouris bekend om zijn traditionele familiegerecht. De collectie medailles en gouden plakken die de wand achter de toonbank siert, verradt dat ik hier aan het goede adres ben voor de allerbeste fromage de tête (zult), jambon de Paris, andouillette (worst) en choucroute van Parijs. Gérard biedt ons een plakje zult aan met een knullig prikkertje erin – alleen het vlaggetje ontbreekt nog – en ook staat hij erop dat we zijn Parijse ham proeven voor we onze culinaire toer door de Rue de Lévis afsluiten. Nu begrijp ik al die medailles volkomen, maar ik begin me tegelijkertijd lichtelijk zorgen te maken over het diner van vanavond.

Struinen op zondag?

Parijs kent ruim tachtig markten en marktstraten, waarvan het merendeel op zondag gesloten is. Hier kun je op zondag wel terecht:

Marché des Enfants Rouges

De Marché des Enfants Rouges, gelegen in het derde arrondissement, is de oudste overdekte markt van Parijs. De markthal, die met zijn karakteristieke gietijzeren dakconstructie dateert uit 1628, ligt verscholen achter een winkelstraat; alleen aan de rode letters boven een smal steegje valt af te lezen dat je aan het juiste adres bent. Hier koop je niet alleen verswaren, maar ga je ook heen voor een heerlijke Libanese, Italiaanse of toch typisch Franse lunch of maaltijd. Je bestelt het bij een van de eetkraampjes en zoekt vervolgens zelf een plaatsje aan een van de met bont tafelzeil gedekte tafeltjes.
39 Rue de Bretagne

Rue Mouffetard

De Rue Mouffetard, onder locals beter bekend als *La Mouffe*, is een van de mooiste straten van Parijs. Deze pittoreske, schilderachtige marktstraat vormt dagelijks (behalve op maandag) het decor voor marktkooplieden en winkeliers die de meest exclusieve en verse delicatessen aan de man brengen. Patis-siers, kaaswinkels, slaggers en zelfs een bijzondere Italiaanse traiteur - hier vind je alles. Op zondagochtend is er ook een iets minder drukke markt op het nabijgelegen Place Monge, waar je met het grootste gemak een exclusieve brunch bij elkaar shoopt.
Rue Mouffetard / Place Monge



François Pasteau, chef-kok L'epi Dupin

100 beste bistro's

In moderne bistro's eet je niet langer wat de pot schaft, maar dineer je op hoog niveau voor een goede prijs. Voor 30 à 40 euro per persoon geniet je van een drie- tot vijfgangenmenu, waarbij typisch Franse klassiekers niet zullen ontbreken. Voorzien van een eigentijdse draai, dat wel. Want hoewel er in moderne bistro's wordt gekookt met oog en aandacht voor culinaire traditie, trekken de chefs er vooral hun eigen plan. Niet de traditie, maar zij definiëren wat goed eten is. Daarmee slaan ze een brug tussen de elitaire gastronomie van weleer en het heden waarin eten op topniveau voor iedereen beschikbaar is. Om deze ontwikkeling te stimuleren, zijn onlangs de honderd beste Parijse bistro's geëerd door burgemeester Anne Hidalgo en een collectief van vermaarde chefs, onder leiding van Alain Ducasse. Een soort lintjesregen, maar dan voor toonaangevende chefs. Benieuwd welke bistro's dit zijn? Op foodiesmagazine.nl vind je een kaart met alle bistro's.

Bistronomie

Gelukkig kan ik er na een middagpauze weer tegenaan, want ik word verwacht bij L'epi Dupin; een kleine biologische bistro in een op het oog uitgestorven straatje in het zesde arrondissement. De bistro van chef-kok François Pasteau is al sinds 1995 een begrip in de stad. Alles draait er om goed eten van duurzame ingrediënten voor een eerlijke prijs. François: "Ik begon L'epi Dupin na jarenlang in sterrenzaken te hebben gewerkt. Ik wilde bewijzen dat je voor een normale prijs ook heerlijk kunt eten. Dat de kwaliteit er echt niet minder om hoeft te zijn." Dat dit het geval is, blijkt als het eerste gerecht op tafel komt: een vrolijke escabeche van forel met ingemaakte chiodgiabiet en radijs. Een perfect lichtvoetige inleiding voor de vier gangen – onder meer haringtempura met yuzu en sesam en gebraden lamszadel met knolselderij en spinazie – die erna komen.

Het is de filosofie van François ten voeten uit: kleine, vernieuwende gerechtjes gemaakt van duurzame seizoensproducten uit de regio. "Ik werk voornamelijk met Franse producten, waarvan de groente vrijwel allemaal in of rond Parijs zijn verbouwd. Voor mij is dat niet meer dan logisch: ik kom uit Parijs, dit is mijn erfgoed." Volgens François vinden gasten het ook steeds belangrijker waar hun eten vandaan komt. "Dat was altijd al wel het geval, maar eerlijk, duurzaam en lokaal zijn hipper dan ooit. Dat komt de kwaliteit van heel wat bistro's ten goede. We zijn eerlijk, zowel voor onze producenten als voor onze gasten, en daarmee creëren we een duurzame, hoogstaande ervaring in een huiselijke sfeer. Het idee dat topkwaliteit ook gewoon betaalbaar kan zijn, wordt de laatste jaren breed gedragen in de Parijse bistronomie."



Zelf een weekend naar Parijs? Op france.fr en parisinfo.com vind je alle informatie voor een geslaagde citytrip.

Marché de Rungis

De volgende dag arriveer ik nog voor het ochtendgloren, om kwart voor vijf om precies te zijn, bij Rungis: 's werelds grootste verswarenmarkt, net buiten het centrum. Dit is de buik van Parijs, en dan niet alleen omdat de oorspronkelijke markt in de jaren zestig vanuit het eerste arrondissement hierheen verhuisde. Ook omdat dit de plek is waar zowel de Parijse marktkooplui als de chefs hun inkopen doen. Vis, vlees, fruit, groente, kaas en de meest bijzondere delicatessen worden hier dagelijks vanuit de hele wereld aangevoerd. Treinen vanuit Perpignan – de Mediterrane tuin van Frankrijk – rijden af en aan en bestelbussen en vrachtwagens vol regionale delicatessen en verswaren weten vanuit het hele land de weg hiernaartoe feilloos te vinden. En al lopen er geen dronkenschap, prostituees en feestbeesten meer rond; het is hier een drukte van jewelste.

In bijna vijf uur tijd wandel ik door de ene na de andere hal. Terwijl in de abattoirs

kadavers vakkundig worden uitgebeend door knoestige mannen, worden bij de poelier de wereldberoemde Bresse-kippen en *Label Rouge* rassen met zorg uitgesteld en rijden de dames en heren van de regionale groentemarkt vrolijk fluitend af en aan op verroeste steekwagentjes vol courgettes, radijsen en *petits pois*. Erg makkelijk is dat niet. Gezien het feit dat deze markthal steeds verder uit zijn voegen barst, is het lastig navigeren. Ook Stéphane Layani, CEO van Rungis, bevestigt dat vanuit heel Parijs de vraag naar regionale en liefst biologische producten enorm is toegenomen. "De verse producten uit de regio zijn niet aan te slepen. Ongeveer 60 procent van het vlees, de vis, de groente en het fruit uit de regio is hier al verkrijgbaar, maar in werkelijkheid is dat nog niet genoeg voor één procent van de Parijse behoefte. Het is en blijft een uitdaging om aan die enorme vraag te kunnen voldoen. Maar ja; goed eten zit in nou eenmaal ons bloed. Het is een basisbehoefte en wij doen er alles aan om daaraan te blijven beantwoorden."



Stéphane Layani, CEO Marché de Rungis

Rungis is een professionele markt die niet toegankelijk is voor publiek. Wel is het mogelijk om een bezoek aan de markt te brengen onder leiding van een officiële gids. Deze tour wordt georganiseerd door La Route des Gourmets. Bezoek laroutedesgourmets.fr voor meer informatie.