



Etre végétarien n'est plus une punition. Démonstration avec ce burger gourmand, servi au Mob, le nouveau fast-food parisien sans viande.

VEGGIE À LA FOLIE

PAR ANNE-LAURE LE GALL
PHOTOS PHILIPPE PETIT



“ Ni viande ni produits laitiers ? Trois jours suffisent pour se sentir mieux ”

Alain Senderens

“ Le champignon est l'allié majeur des végétariens ”

Cyri Aouizerate

Le Best Of du Chef

LE MOB BURGER

Ingrédients

Pain maison à la farine de blé et de maïs avec graines de sésame blanc ▶ Steak de légumes grillés et fumés : à base de riz et champignons rôtis. Le tout haché et présenté comme un steak ▶ Feuilles de laitue ▶ Oignons ▶ Deux tranches d'aubergines grillées ▶ Cornichons malossol ▶ Sauce hawaïenne toute prête, ou mieux, aïoli fait maison (tofu, ail, vinaigre de xérès à mixer au blender, puis monter comme une mayonnaise avec de l'huile de pépins de raisin, sel, poivre).

Préparation

Comme pour un burger classique, griller le pain et le steak veggie ainsi que les tranches d'aubergines. Tartiner le pain de sauce et superposer les rondelles de cornichon, le steak, les aubergines, une tranche de tomate, la salade. Refermer. Déguster.

Mine de rien, avec son look de gourou new age, ses talismans et son chapeau, Cyril Aouizerate a bien bossé son concept. Sur le terreau fertile de Brooklyn, le quartier new-yorkais où « se jouent les nouveaux enjeux planétaires », il a ouvert son premier Mob (Maimonide of Brooklyn) en 2012. Un fast-food végétalien, sans aucune matière animale. Un projet radical, qu'il situe au point d'intersection entre la santé des hommes et celle de la Terre. « Car ce qu'on met dans sa bouche n'est pas neutre. » Le succès et le sens des affaires le ramènent à Paris, où il a dupliqué l'original à la Cité de la mode et du design, dans le XIII^e arrondissement. Dans un décor inspiration loft, avec terrasse sur la Seine, ce végétalien convaincu prône la qualité et la traçabilité. La séduction et la conviction par les papilles. Sans viande, mais pas sans goût. Pour ne pas se rater, il a confié la carte, façon short list, à Alain Senderens, l'un des gardiens du temple de la gastronomie française. Fraîchement converti au « veggie », le chef nie tout militantisme mais se sent « beaucoup mieux » depuis qu'il s'est tourné vers les légumes. « Ce n'est pas une question de mode, mais de santé ! » Séduit par le concept du Mob, le chef a mis au point les recettes. Un vrai casse-tête. Des mois d'essais en labo à gamberger pour obtenir un steak « no meat » qui se tienne pour le burger, une sauce à base de champignons pour le hot-dog, un cheesecake sans lait ni beurre. Et même une pâte à tartiner au cacao et coco à tomber. Pas tout à fait l'idée qu'on se fait d'un régime... ■



Végétarien ou végétalien ?

Ces deux régimes alimentaires proscrivent la chair animale, y compris les crustacés et poissons. Les végétariens consomment du lait, des œufs et du miel, contrairement aux végétaliens. Il existe aussi des sous-groupes, dont les flexi-végétariens, qui mangent occasionnellement de la viande

MOB CITÉ DE LA MODE ET DU DESIGN

34, quai d'Austerlitz, Paris XIII^e. Tél. : 01 42 77 51 05. Ouvert tous les jours de 12 heures à minuit. Sur place ou à emporter. Prix moyen pour un repas : 15 euros. Et aussi le nouveau Mob Marais, 30, rue Charlot, Paris III^e.