

De Groene Gault&Millau 2016 versie 3.0

Lekker en gezond gaan meer dan ooit hand in hand

De Groene Gault&Millau is aan zijn derde editie toe en is synoniem geworden voor lekkere en gezonde voeding. Groente is het nieuwe vlees. Een steeds toenemend aantal restaurants vermindert de vleesporties en brengt meer groenten op het bord. Zelfs in vele toprestaurants worden nu volledige groentemenu's geserveerd. Niet alleen de groeiende aandacht voor gezonde voeding speelt een rol, voor de moderne kok zijn groenten en fruit erg sexy en veelzijdig geworden. Ze kunnen er lichter en gevarieerder mee koken en in hun gerechten meer kleur, smaak en textuur brengen. Ook in de derde editie van de Groene Gault&Millau stijgt het aantal van deze groenterestaurants significant. www.degroenegaultmillau.info

Frank Fol en Gault&Millau

De Groene Gault&Millau wordt gelanceerd binnen 'De Week van Groenten en Fruit 2016' en is een initiatief van Frank Fol, De Groentekok®, en de restaurantgids Gault&Millau. Zeven jaar geleden ging Frank Fol een samenwerking aan met Gault&Millau voor de organisatie van de wedstrijd 'Beste groenterestaurant van de Benelux'. Jaar na jaar stijgt het aantal deelnemers aan de wedstrijd en neemt het niveau van hun groentegerechten toe. Zo kunnen we nu volop spreken van de 'nieuwe groentegastronomie'.

We're Smart® World

De Groene Gault&Millau kadert ook binnen het nieuwe platform "We're Smart World' dat samen met de gids wordt gelanceerd. Dit totaalplatform biedt een nieuwe visie op de wereld en dat is kiezen voor een gezonder, ecologisch, evenwichtiger, socialer en ook respectvoller leven en manier van zaken doen. Op We're Smart World maakt u kennis met interessante toekomstprojecten rond voeding, ecologie, landbouw, wonen, mobiliteit. Het platform brengt ook een aantal jaarlijkse initiatieven samen zoals De Week van Groenten en Fruit, de Benelux wedstrijd Beste Groenterestaurants, de activiteiten van de Groentekok en ook deze Groene Gault&Millau. www.weresmartworld.com

The Balanced Kitchen©

Met de Groene Gids lanceert Frank Fol ook de nieuwe keukentrend voor het volgende decennium: The Balanced Kitchen©. Deze trend is gebaseerd op de Denk Groenten! Denk Fruit! Filosofie van Frank Fol en draait rond een gebalanceerde voeding met een verhouding van 2/3 groenten en fruit, aangevuld met vlees/vis en koolhydraten.

Meer dan 500 adressen

De derde editie van de Groene Gault&Millau, die nu in de winkel ligt, bevat nog meer gezonde adressen dan in de vorige edities. In de gids zijn meer dan 500 adressen verzameld van de beste groente- en vegetarische restaurants, de interessantste markten, groente- en fruitwinkels van de Benelux en zelfplukboerderijen. Maar ook van opmerkelijke soep- en saladbars en exotische groenterestaurants.

Nieuwe quotering

Voor het eerst worden de groenterestaurants gequoteerd van 1 tot 5 radijsjes volgens het We're Smart® World Charter. De quotering gebeurt op basis van het percentage groenten en fruit dat in de maaltijd wordt verwerkt, smaak en originaliteit, presentatie, structuur van de ingrediënten, natuurlijke kleuren en een goede communicatie rond het gebruik van groenten en fruit.

Interviews, dossier en praktische informatie

Ook andere maatschappelijke thema's komen aan bod zoals Vegucation, de eerste opleiding voor plantaardige koks.

Evenwichtige voeding is een belangrijk thema in deze Groene Gault&Millau 2016 met een uitgebreid dossier rond het belang van voeding bij topsporters. In deze Olympic editie bespreken we met Eddy De Smedt, delegatieleider BOIC, het belang van voeding voor en tijdens de competitie. We laten ook enkele topsporters zelf aan het woord en krijgen zo een inzicht in hun voedingspatroon. Zo spraken we met Evi van Acker, Kim Gevaert, Pieter Timmers, Hans Van Alphen, Dominique Monami, Tia Hellebaut en Hanna Mariën.

Dirk Van Overstraeten, therapeut en docent orthomoleculaire voeding neemt ons mee naar de wereld van 'Superfoods' en plaatst het in een bredere context. We stelden 7 vragen aan Carlo Petrini, de godfather van Slow Food en Pamela Peeters, Belgische in New York, wijst ons de weg doorheen haar boek Eco Hero.

Onze ministers Maggie De Block, Maxime Prévot, Lydia Mutsch en Jo Vandeuren geven niet alleen een politieke insteek naar het belang van groenten en fruit, maar verklappen ook wat hun favoriete groente is.

De Groene Gault&Millau bevat ook heel wat praktische informatie met onder meer een groente- en fruitkalender gelinkt aan de seizoenen.

Up we Go-The We're Smart World Song

Het campagnelied voor de Week van Groenten en Fruit 2016 en de lancering van deze Groene Gault&Millau werd geschreven door singer-songwriter **Jean Bosco Safari**. De tekst van Up we Go - The We're Smart World Song, bouwt een brug tussen het gezonde aspect van groenten en het culinair hoogstaand koken. Het wordt tijdens de voorstelling van 'De Groene Gids' voorgesteld.

Arabelle Meirlaen is de ambassadrice 2016

Voor het tweede jaar op rij stelt de Groene Gault&Millau haar ambassadeurs voor. Het zijn telkens chefs die hun keuken volledig op groenten baseren of die een bijzondere groentefilosofie hebben. Dit jaar is Arabelle Meirlaen ambassadrice van de Groene Gault&Millau voor Europa, Dan Barber van het restaurant 'Blue Hill at Stone Barns' voor Noord-Amerika en Virgilio Martinez van restaurant Central voor Zuid-Amerika. Er werd ook een special geschreven over topchef Michel Guerard, een wereldwijd bekende groentechef van het eerste uur. Enkele Benelux groentechefs koken ook voor topsporters en delen deze recepten met ons. Zo creëerde Matthieu Beudaert van het restaurant Table d'Amis een gnocchi primavera voor voetballers Kevin de Bruyne (B) en Wesley Sneijder (NL), en maakte San Hoon Degeimbre van l'Air du Temps een bereiding van gefermenteerde groenten, lente- en zomergroenten voor judoka's Charline Van Snick (B) en Larissa Groenwold (NL).

De Beste Groenterestaurants van de Benelux 2016

Beste Groenterestaurant van Vlaanderen:

L'air des Sens, Zoutleeuw

De gerechten van David Schultz waren voor ons de verrassing van het jaar. Deze autodidact was filosoof, psycholoog en musicus voor hij het kookvirus te pakken kreeg. In enkele jaren tijd groeide zijn klantenkring flink uit. Daardoor nam hij de beslissing om ook het aanpalende pand aan te kopen en zijn restaurant uit te breiden. In het DNA van Schultz zit een liefde voor de natuur, de seizoenen en het prikkelen van alle zintuigen. Zijn menu Leeuwse Velden bestaat uit 12 kleine gerechten waarin enkel het 'hoofdgerecht' vlees of vis bevat. Het startte met enkele plantaardige creaties rond peterseliewortel en pompoen en gebakken en gefrituurde schorseneer met vinaigrette van dragon. Wortel combineert hij met een gelei van rode ui, jus van sinaasappel en gebakken look in een schitterende bereiding met veel diepgang. Bij spitskool komt een sabayon van eidooier met wintertruffel en zure room. Een van de hoogtepunten is een combinatie van wortelgroenten waarvan elke groente volgens een aparte techniek is bereid: we krijgen bietjes, raapjes, radijs met een emulsie van kriebier en kriebazijn en een mousseline van aardappel en dragon. Een gerecht met een schitterend evenwicht en smaakbalans. Een van de desserts is een combinatie

van geitenkaas, gebrande prei en rauwe venkel met een verfrissende saus geparfumeerd met vlierbloesem. Ook de passende alcoholvrije dranken op basis van onder meer limoen, tonic, litchi, met licht gerookte kippenbouillon of met geroosterde aardappelschil en bieslook verdienen alle lof.

**Beste Groenterestaurant van Wallonië/Luxemburg:
L'Eveil des Sens, Montigny-le-Tilleul**

Alle rijkdom van de moestuin voor een keuken met subtiele accenten van België en de Maghreb. Laury Zioui, kok en eigenaar, heeft alle respect voor het werk van de boeren van de streek en verwerkt ze in een genereuze keuken die de overvloed van de natuur op tafel brengt. Enkele voorbeelden: een bord met seizoengroenten, verse kruiden en arganolie, of kip van Ain met worteltjes en auberginekaviaar. Fruit en groenten in al hun vormen spelen elk seizoen de eerste viool in dit mooie restaurant.

**Beste Groenterestaurant van Nederland:
The Scelta Kitchen, Venlo**

Ruud Ververgaard creëert de smaakvolle en verrassende gerechten voor The Scelta Kitchen. Het restaurant is een onderdeel van The Scelta Institute, het hoofdkantoor van champignonkweker Scelta Mushrooms. In zijn bereidingen zitten uiteraard champignons die hij op een heel creatieve manier verwerkt. Maar de hoofdmoot van zijn gerechten zijn gebaseerd op groenten die hij in een verhouding van 80 op 20 verwerkt, 80% groenten en 20% vlees of vis. De meeste groenten koopt hij lokaal in, de asperges komen letterlijk uit de achtertuin. Onze maaltijd startte met een eenvoudige maar heel zuivere bereiding van gewokte paddenstoelen met gedroogde kruiden, zeezout en een slaatje van waterkers. Vervolgens een zeer geslaagde combinatie van carpaccio van paddenstoel met gegrilde aardpeer, rucola mayonaise en pijnboompitten. Mooi gelaagde smaken vinden we terug in een bereiding van rauwe paksoi met een wortelsaus met kurkuma, gebakken prei gevuld met oester, aardappelpuree en makreel in de oven. Tagliatelle van schorseneer met een miso hollandaise, auberginetartaar en gebakken zwezerik vinden we een geniale bereiding. Zeer creatief was een combinatie van jonge tarbot met truffel, gerold in een aardappelspaghetti met een fantastische boerenkoolsaus met een toets van gerookte worst.

Speciale Awards

Naast de Beste Groenterestaurants van de Benelux die we elk jaar honoreren verkozen we dit jaar voor het eerst ook 25 Top Groenterestaurants ter wereld!

We're Smart Special Awards 2016.

Hoogste percentage groenten en fruit:

L'Air des Sens, Zoutleeuw

In onze zoektocht naar het beste groenterestaurant van 2016 zorgde David Schulz voor een menu met een percentage van niet minder dan 80% groenten. Hij verwerkt ze in oogstrelende gerechten, maakt gebruik van verschillende technieken en brengt bereidingen met wervelende smaken.

www.lairdessens.be

Beste Veggies menu:

Restaurant Vrijmoed, Gent

Michael Vrijmoed verraste ons met een vijfgangen groentemenu waarin hij de onbeperkte creatieve mogelijkheden en combinaties van groenten illustreerde. Het groentemenu staat standaard op zijn kaart. Alle gerechten vielen op door hun verrassend gelaagde smaken. Ook in zijn andere gerechten worden groenten op een creatieve manier verweven.

www.vrijmoed.be

Beste Groenten en Fruit communicatie Award:

Restaurant Vork & Mes, Hoofddorp NL

Jonathan Karpathius is niet weg te slagen uit de groentemedië. In alle communicatie zet Jonathan de oogst van de dag uit de moestuinen van zijn restaurant in Hoofddorp en de eigen kwekerij in Aalsmeer in de verf. Als geen ander promoot hij de groentekeuken in Nederland en blijft hij trouw aan de filosofie. Zijn laatste creatie is de Bieterbal.

www.vorkenmes.nl

Meest kindvriendelijke groenteconcept:

Petit chef en Herbes, Florée

Petit chef en Herbes is een project van Pascal Marcin. Elk jaar organiseert hij een kookwedstrijd voor kinderen van het 5de en 6de leerjaar. Hij leert ze het werk van kwekers en telers ontdekken en laat ze koken met hun producten. Dat project zet hij verder in het restaurant PM van het Koru Hotel waar hij chef is en waar kinderen verwend worden met groenten.

www.pascalmarcin.be/fr/petits-chefs-en-herbe/le-concept

Award Smaak & Gezondheid:

Bolenius, Amsterdam NL

Luc Kusters koestert de diversiteit van groenten die hij brengt in bereidingen met gepuurde smaken. Hij is bovendien erg bedreven in de bereiding van groentesauzen waarmee hij vele gerechten afwerkt. Die zijn veel gezonder dan ingekookte vleessauzen en zorgen voor veel verfijning.

www.bolenius-restaurant.nl

Beste Culinaire bloemen:**Restaurant Arabelle Meirlaen, Marchin**

Eetbare bloemen zijn een constante in de gerechten van Arabelle Meirlaen. Ze kiest ze in de eerste plaats in functie van hun smaak en niet louter voor hun visuele aspect. Ze kiest ze om gerechten te prikkelen en verrassende smaaktoetsen te brengen en hun gezonde eigenschappen uit te spelen.

www.arabelle.be

Special award world 2016: We're smart World – Duurzaamheid**Favela Organica van Regina Tchelly, Brazilië**

Regina Tchelly ontdekte dat de bewoners van de favellas van Rio geen toegang hadden tot duurzame voeding en dat de kinderen te weinig voedingsstoffen binnen kregen. Ze stimuleerde de bewoners om minituintjes aan te leggen en leerde ze hoe ze met hun oogst, maar ook met gebruikte voedselresten en ongebruikte groenten en fruit, lekkere gerechten kan maken.

[www.https://www.youtube.com/results?search_query=regina+tchelly](https://www.youtube.com/results?search_query=regina+tchelly) –
<https://pt-br.facebook.com/regina.tchellyfavelaorganica>

Special award world 2016: Beste Groenten & Fruit Fast Service project:**ExKi World**

EXKi viert in 2016 haar 15-jarige bestaan. Het bedrijf is een innovator in de groene fast food met verse, seizoengebonden en gezonde gerechten gebaseerd op de Denk Groenten! Denk Fruit! filosofie en een duurzame bedrijfsfilosofie.

www.exki.com

Shop & Market Awards Benelux 2016

Meest creatieve groenten & fruit shop: Lizzy's Nieuwe Oogst in Westerlo

Mooiste culinaire bloemen shop online: Cuisine Eetbare Bloemen (NL)

Meest creatieve groenten & fruit concept online: Kromkommer (NL)

De Groene Gault&Millau 2016–2017 kost €16,95. Te koop in de betere boekhandel of online op: <http://shop.gaultmillau.be> en <http://www.weresmartworld.com>.