

1er

département français pour la production de tomates, de salades, de courgettes, de riz, d'olives, les Bouches-du-Rhône possèdent des cultures ancestrales.

51 000 hectares

de surfaces agricoles en biologique ou en conversion, soit 35 % de la surface agricole utile. Le département des Bouches-du-Rhône se place en première position des départements biologiques dans la région en 2023.

Pour économiser la ressource en eau tout en garantissant l'approvisionnement des exploitations agricoles, le Département a engagé 6,4 millions d'euros (soit 35 % du montant total), depuis 2015 pour moderniser les réseaux d'irrigation et de régulation de la distribution de l'eau. Soit une économie de 5 à 8 % des volumes.

La Métropole installe des agriculteurs sur son foncier disponible : après l'implantation de 6 agriculteurs dans la périphérie marseillaise, elle affectera 5 nouveaux agriculteurs en 2024 sur des terrains métropolitains situés à Saint-Victoret, Les Pennes-Mirabeau et Cuges-les-Pins, sur au moins 10 hectares.

75 projets pour la modernisation des navires de pêche artisanale ont été financés par le Département depuis 2018, soit 5,4 millions d'euros d'investissement.

La Métropole porte depuis cinq ans, en partenariat avec la Chambre d'agriculture des Bouches-du-Rhône, une action de reconquête des friches agricoles en zone de défense des forêts contre les incendies (DFCI). L'objectif étant de «redynamiser l'agriculture afin qu'elle joue à nouveau son rôle de pare-feu. Cette action de reconquête sur terrains privés est une démarche au long cours qui devrait aboutir à l'installation de producteurs intéressés par la vigne, la pistache et d'autres cultures adaptées au changement climatique.»

161 projets

de création ou de reprise d'exploitation ont été financés par le Département pour faciliter l'installation de jeunes agriculteurs, soit 8 788 € par exploitation.

Depuis 2016,
310 projets
d'investissement

ont été accompagnés par le Département pour convertir les exploitations en agriculture biologique, soit 10 297 € par exploitation.



Les grands défis du « mieux-manger » avec le Projet alimentaire territorial

Comment favoriser la consommation de produits locaux et durables pour tous ? Aide à l'installation d'agriculteurs sur des propriétés foncières publiques, ouverture de halles de producteurs en circuits courts, distribution de paniers bio à prix réduits... Voici quelques grands axes du PAT déployé par la Métropole Aix-Marseille-Provence et le PETR du Pays d'Arles, en lien avec le Département des Bouches-du-Rhône, depuis décembre 2020.

Depuis quelques années, en réponse aux projets d'aménagements qui grignotent les terres cultivables, la Métropole et la Chambre d'agriculture des Bouches-du-Rhône se sont lancées dans la reconquête des friches agricoles en zone de Défense de la forêt contre les Incendies avec un double effet : empêcher la propagation des feux et remettre en culture des terres afin de se rapprocher des consommateurs pour renouer des liens producteurs-consommateurs en circuits courts. La Métropole mobilise aussi son foncier pour accueillir des agriculteurs. Ces cinq dernières années, six paysans se sont réinstallés en périphérie de Marseille quand cinq autres sont accueillis à Saint-Victoret, aux Pennes-Mirabeau ou prochainement à Cuges-les-Pins. Entre 1988 et 2014, la Métropole a perdu 380 hectares par an de terres agricoles du fait de l'urbanisation. Pour répondre à ce double enjeu de protection et d'accès au foncier, le Département a créé un Fonds départemental de gestion de l'espace rural pour reconquérir des espaces agricoles en friche.

Le Département finance de 40% à 80% des travaux de remise en état des sols avec de beaux succès : 4 735 hectares ont été reconquis grâce à ce fonds. Et l'agriculture biologique n'est pas en reste puisque les Bouches-du-Rhône comptent 1201 fermes certifiées AB avec 3,2 millions d'euros investis par le Département pour soutenir 310 projets agricoles verts ! Créées pour satisfaire la demande en produits locaux, frais et de saison, les Halles de producteurs en demi-gros Terres de Provence connaissent un grand succès : en 2023, plus de 107 000 consommateurs y ont acheté œufs frais, miels, légumes, fruits, fromages (+8% par rapport à 2022). Et pour soutenir les plateformes de producteurs, la Métropole participe au capital de la SCIC Manger Bio en Provence afin d'aider les producteurs bio à vendre leurs productions à la restauration collective.

Paniers bio pour les foyers les plus précaires

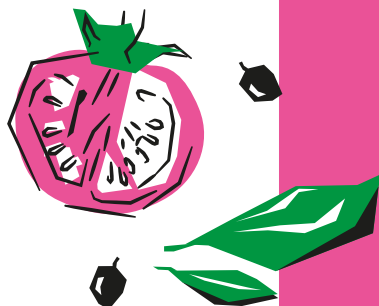
Deux associations, les Paniers Marseillais et les Amap de Provence, ont lancé à Marseille en 2018, puis essaimé sur le reste du territoire en 2021, les « paniers bio doublement solidaires ». La production des maraîchers est vendue à un juste prix rémunérateur et une centaine de familles en difficulté peuvent consommer chaque semaine un panier de fruits et légumes au prix de 3 à 7€ (valeur réelle de 20€). L'écart de prix est compensé par la solidarité des adhérents Amap et par des financeurs tels que la Métropole Aix-Marseille-Provence et le Département des Bouches-du-Rhône. Désormais, une centaine de familles bénéficient de ce dispositif.

Halles de producteurs, où et quand ?

Halles de producteurs zone commerciale de Plan de Campagne, en face de Gifi.
Lundi, mercredi, vendredi : 17h-19h
de juin à octobre

Halles de producteurs de Marseille-La Barasse, sur le parking de la gare de La Barasse-Marseille.
Jeudi : 17h-19h
jusqu'au 19 déc. 2024

Marché de producteurs de Berre-l'Étang, sur l'aire de covoiturage, à l'angle de la D113 et de la D10.
Mardi : 16h-19h
Samedi : 9h-12h30



Codes marseillais

Le site le-grand-pastis.com souffle ses 10 bougies cette année et pour fêter ça, il t'offre un best-of de ses restaurants, en français et en anglais. Un petit guide pour les Marseillais et les touristes, quelques bonnes feuilles à savourer pour profiter au mieux de la ville et de ses codes, parce que Marseille n'est pas une ville facile : elle s'approprie. Pour commencer, nous, on va toujours au resto avec des espèces en poche parce qu'à Marseille, les lecteurs CB, ils tombent souvent en panne. Et puis ne te vexes pas si le patron ou la patronne fait la gueule en t'accueillant : c'est leur façon à eux d'être contents. De ton côté, arrête de dire tout le temps qu'il fait chaud, car c'est bien pour ça que t'es venu non ? Et si tu veux revenir entier de ta journée dans les calanques, oublie les tongs et les Birk. Balade-toi les mains dans les poches, ce sera toujours mieux que de porter un tote bag de la fondation Luma ou du MuCem. Enfin, si tu as loué là-bas, ne dis pas que t'habites à la Pointe Rouge, ça ferait rire tout le monde. Maintenant tu as tout pour passer un bon séjour, tu comprends mieux la ville et tu connais le Grand Pastis. En cinq minutes t'es devenu un vrai Marseillais !

Pierre Psaltis



RÉDACTION : le Grand Pastis
CONCEPTION GRAPHIQUE : @martincarrese
IMPRESSION : CCI à Marseille sur du papier issu de forêts écogérées (PEFC)

Les tarifs et informations pratiques publiés dans ce guide ont été arrêtés au 1^{er} avril 2024. Nous ne saurions être tenus pour responsables de toute modification inhérente à la seule volonté des établissements ; informations non contractuelles.

Coquillages

François Coquillages

25, ave du Prado, 6^e arr.

04 91 79 22 57. Env. 30-40 €

C'est un bar à coquillages, une institution ancrée dans le paysage depuis le début des années 1970. François, c'est une affaire de famille, avec des plateaux de coquillages irréprochables et un joyeux bordel en salle ponctué par des éclats de rire. Huîtres, violets, oursins, bulots, crevettes en plateaux, aioli, sole meunière, dorade et loup grillé au fenouil. Quelques moules en brochette, gratinées ou marinières et les gosses seront contents. Le flan de la patronne (qui rit tout le temps) s'impose. Une vraie adresse marseillaise, hyper attachante. **It's a shellfish bar, an institution in the landscape. François is a family affair, with impeccable platters of shellfish and a joyous mess in the dining room punctuated by bursts of laughter. Oysters, violets, sea urchins, whelks, shrimp platters, aioli, sole meunière, sea bream and grilled sea bass with fennel. A few mussels on a skewer, gratinated or marinières and the kids will be happy. The boss's flan is a must. A real authentic Marseille address.**

L'Écaillerie

26, rue d'Endoume, 7^e arr.

07 49 70 18 78. Env. 40-50 €

@lecailleriemarseille

Tu viendras ici pour les plateaux de coquillages bien sûr mais tu aimeras aussi les excellents petits plats iodés dont la maison s'est fait la spécialité : encornets farcis-crevettes-épinards sauce américaine, l'aioli, le fish and chips, le thon snacké-coulis piquillos et câpres. Tu arroses ton repas de « vins vivants » au son de vinyls bien rythmés et cool. Esprit « très Endoume » garanti. **You will come here for the shellfish platters but you will also like the excellent little salty dishes home made : stuffed squid-shrimp-spinach with American sauce, aioli, fish and chips, seared tuna - piquillo and caper coulis. You will wash down your meal with organic wines with the sound of well-rhythmed and cool vinyls. "So Endoume spirit" guaranteed.**

Pizzerias

Pizzeria di Venezia

12, rue Pythéas, 1^{er} arr.

06 42 44 74 19. Env. 25-30 €

Une honorable maison discrète mais sincère avec son four à bois historique et ses 25 recettes de pizze (saucisse italienne, figatellu, royale, aux 5 légumes) à base de tomate fraîche. Le service 100% féminin est un spectacle à part entière. Dans la salle : des tables, des chaises, des nappes en papier et le four, rien que ça. Généreuses garnitures, transparence totale sur les desserts maison ou pas. Un monument marseillais, total respect.

An honorable, discreet but sincere house with its historic wood-fired oven and its 25 pizze recipes (Italian sausage, figatellu, royal, with 5 vegetables) made with fresh tomatoes. The 100% female service is a spectacle in its own right. Generous toppings, total transparency on homemade desserts or not. A monument, a legendary address.

Chez Sauveur

10, rue d'Aubagne, 1^{er} arr.

04 91 54 33 96. Env. 30-35 €

@chezsauveurmarseille

Antoine, Bruno, Toto et Chris mêlent à leur carte des plats typiques (vitello tonnato, aubergines parmigiana, les lasagnes ragù, caponata d'aubergines) et des pizze de style napolitain : la Sauveur (tomates san Marzano, mozza di buffala, olives taggiasche), l'Italienne (jambon de Parme, gorgonzola et mozza fior di latte), la moit'moit' et la régina. Une quinzaine de recettes cuites au four à bois. Desserts comme il se doit dans une pizzeria marseillaise : cannoli, mousse chocolat, pana cotta.

Antoine, Bruno, Toto and Chris mix typical dishes on their menu (vitello tonnato, eggplant parmigiana, lasagna ragù, eggplant caponata) and Neapolitan-style pizze : la Sauveur (San Marzano tomatoes, mozza di buffala, taggiasche olives), l'Italienne (parma ham, gorgonzola and mozza fior di latte), the moit'moit' and la Royale. Around fifteen recipes cooked in a wood oven. Desserts as expected in a Marseilles pizzeria : cannoli, chocolate mousse, pana cotta.

Chez Étienne

43, rue de Lorette, 2^e arr.

06 16 39 78 73. Env. 35 €

C'est un conservatoire sur lequel Pascal veille jalousement. Pizzas à l'anchois ou au fromage, pâte fine uniformément cuite et basta. On vient ici pour les miraculeux supions sautés à la poêle et les brochettes de bœuf sur une branche de romarin brûlées à la braise. Un conservatoire de la cuisine napolitaine, un mythe marseillais depuis 1943. **It is a conservatory over which Pascal jealously watches over. Anchovy or these pizzas, thin, evenly cooked dough and that's enough. We come here for the miraculous pan-fried supions and the beef skewers on a sprig of rosemary burned over the embers. A conservatory of Neapolitan cuisine, a Marseille myth since 1943.**

La Bella Pizza

26, place N.-D.-du-Mont, 6^e arr.

04 65 96 93 73. Env. 30-35 €

@labellapizza_marseille

Un vieux four des années 1950 en briques et de modestes tables de bois comme autrefois pour cette adresse de quartier. Service bon enfant, carte de classiques (royale, 4 fromages, moit'-moit') et des spéciales (straciatelle mortadelle-pistache, diavola avec la spinata piquante, et la vera carbonara guanciale). À partager : la salade panzanella aux dés de pain sec, anchois et taggiasche. Tout se passe bien, on adore la sauce tomate aillée et le calzone au ventre rebondi. On fait de la pizza dans la famille Sapienza depuis 1924 ; ici, c'est du sérieux. **An old brick oven from the 1950s and simple wooden tables for this neighborhood address. Friendly service, menu of classics (royale, 4 cheeses, moit'-moit') and specials (straciatelle mortadella-pistachio, diavola with spicy spinata, and vera carbonara guanciale). To share : the panzanella salad with diced dry bread, anchovies and taggiasche. Everything is going well, we love the garlicky tomato sauce and the plump belly calzone. Pizza has been made in the Sapienza family since 1924; here, it's serious.**

Et aussi...

Pizzeria Partenope

56, rue de l'Évêché, 2^e
04 91 91 22 00

Chez Zé

402, chem. de Morgiou, 9^e
04 91 40 05 44
@chez.ze.marseille

Lèche-doigts

Organic burger house

34, rue des Trois Frères Barthélémy, 6^e arr.

Env. 10-15 €

@obhmarseille

Dans ce petit cabanon, on prépare des buns tendres comme un câlin et des panisses cuites à la plancha croustillantes. Les burgers de saison sont élaborés à partir de produits bio et locaux sans défaut. Carte flexitarienne de bon aloi : burger à la sardine croustillante-aioli, burger au bœuf, burger champignons-œuf brouillé mimolette fondue. A s'en lécher les doigts ! **In this little shed, we prepare tender buns like a hug and crispy panisses cooked on the plancha. The seasonal burgers are made from flawless organic and local products. High-quality flexitarian menu: crispy sardine-aioli burger, beef burger, mushroom-scrambled egg burger with mimolette fondue. Magnetic !**

Howard

20, rue Haxo, 1^{er} arr.

7/7j - Env. 25 €

@howard_marseille

On dit de Marie-Laure et Damien qu'ils sont les rois du smash burger. Et c'est vrai. Les pains sont ultra souples, imbibés des sucs de cuisson des steacks de black angus de Camargue qui croustillent à donf. Frites et sauces maison sublimes, sunday (coulis amarena ou pistache) et milkshake saveur pop corn à tomber. Cookies à la garniture très généreuse. Tu l'as compris : on adore. **Marie-Laure and Damien are said to be the kings of the smash burger. The breads are ultra supple, soaked in the cooking juices of the Camargue black angus steaks which crisp up to perfection. Sublime homemade fries and sauces, sunday (amarena or pistachio coulis) and popcorn flavored milkshake to die for. Cookies with a plump belly. We love them.**

Cécile Food Club

116, corniche président J.F. Kennedy, 7^e
04 91 19 22 09
@cecilefoodclub

Pétrin couchette

7, cours Saint-Louis, Marseille, 1^{er} arr.

Env. 10-15 €

@petrincouchette

Une micro boutique-labo ouverte sur la place et sa terrasse. Sur les étagères, des pains irréprochables à base de blés anciens voire oubliés et bio. « All day long », des cafés de spécialité, focaccias, sandwiches saumon-tzatziki-radis, thon-mayo-crudités et chicken-salad au menu. Adresse très courue. **A micro shop-lab open on the square and its terrace. On the shelves, impeccable breads made from ancient or forgotten organic wheat. All day long, specialty coffees, focaccias, salmon-tzatziki-radish sandwiches, tuna-mayo-raw vegetables and chicken-salad on the menu. Very popular address.**

Casa Rubini

5-7, rue Méry, 2^e arr. 06 14 03 85 91.

Env. 3-15 €

@casarubinimarseille

Cédric Rubini est un puriste intarissable sur ses 9 déclinaisons de la focaccia (la genovese, la rossa fior di latte, la gorgonzola, la taggiasche etc). Si vous voulez l'énerver, dites-lui qu'il n'y a pas de différence entre la focaccia, la pâte à pain et la pâte à pizza. Petite leçon en retour garantie. Un amour d'homme, focaccia sublimes. **Cédric Rubini is an expert in focaccia in 9 versions (genovese, rossa fior di latte, gorgonzola, taggiasche etc.). If you want to piss him off, tell him there is no difference between focaccia, bread dough and pizza dough. A friendly man, sublime focaccias.**

Maison Journo

28, rue Pavillon, 1^{er} arr.

04 91 33 65 20. Fricassée 4 €

Cette échoppe est le temple du sandwich tunisien : « C'est comme un pan bagnat mais plus goûteux avec plus de légumes. Il existe en version pain nature ou frit (fricassée) », explique David qui séduit avec sa citronnade recette 1930, puis par les loukoums et autres pâtisseries du Maghreb (une douzaine). **This shop is the temple of the Tunisian sandwich: "It's like a pan bagnat but tastier with more vegetables. It comes in a plain or fried (fricassée) bread version," explains David, who seduces with his lemonade (a secular recipe), with Turkish delights and other Maghreb pastries.**

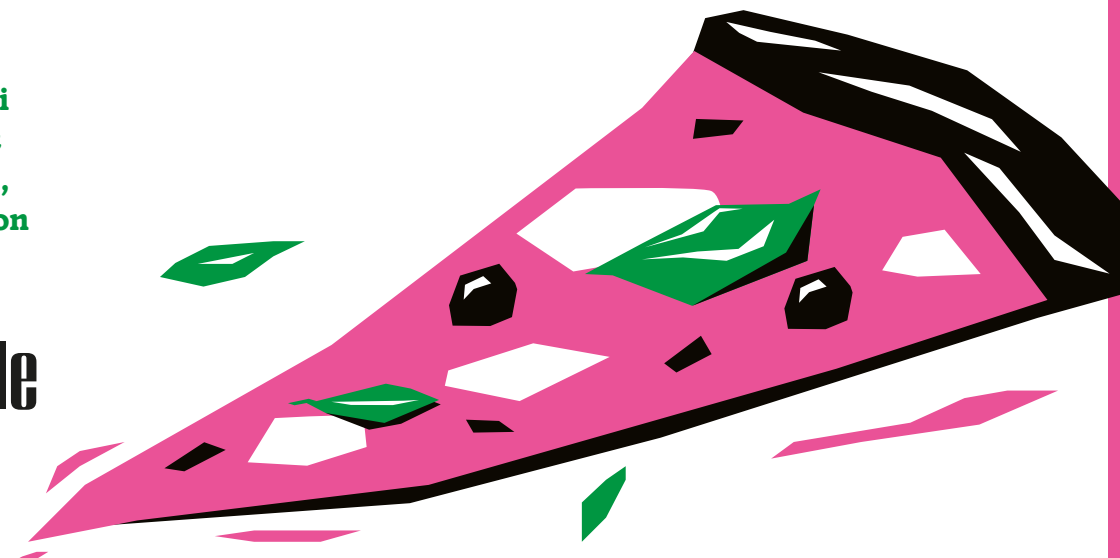
C'est une spécialité italienne qui a conquis le monde mais qui doit tellement à Marseille. Et en plus, c'est chez nous qu'est né le camion pizza. Champions du monde !

La capitale mondiale de la pizza c'est ici

À Marseille, on ne rigole pas avec la pizza. Au fil des siècles, la galette de pâte a séduit toutes les cultures, adoptant de la viande hachée dans les recettes arméniennes, du figatellu en Corse ou du chorizo en Espagne. La recette de ce succès s'appuie sur des ingrédients ultra simples : de la farine, de l'eau, du sel et du levain (ou de la levure de bière) et des ingrédients simples (tomate, mozza, anchois). En 2007, l'anthropologue Catherine Malaval a consacré à la pizza et à ses tribulations mondiales, une thèse soutenue à l'école des hautes études en sciences sociales. Dans une interview accordée à l'époque au quotidien *Libération*, elle expliquait qu'à Naples au XVII^e siècle, c'était une sorte de pain de garde que l'on trouve mentionné dans des contes en dialecte napolitain : « *Les livres de cuisine de l'époque ne s'intéressaient qu'aux recettes servies dans la bourgeoisie, alors que la pizza appartenait au peuple qui la mangeait sur le pouce, en déambulant dans les rues* ».

La tomate, un poison

La tomate, longtemps considérée comme un poison, est devenue un ingrédient à part entière au XVIII^e siècle. Ainsi est née la pizza Rosa qui cohabite avec la pizza Bianca dont le support est étendu de saindoux avant d'être agrémenté de fromage et de basilic. Les Napolitains ont tenté d'exporter la pizza à Rome mais ils se sont plantés car, de prime abord, les Romains n'ont pas du tout aimé leur spécialité. Il faudra attendre 1870 et un déplacement du roi Umberto I^{er} à Naples, dans le souci de rallier les habitants à l'unité italienne, pour que la greffe prenne. Lors de ce voyage, Margherita, son épouse, choisit une pizza qui porte les couleurs du drapeau italien : rouge (la tomate), blanc (la mozzarella) et vert (le basilic).



Le musée du Vieux-Marseille s'est penché sur la question

« La visite touristique de Marseille passe toujours par la maison diamantée, superbe bâtisse érigée au XVI^e siècle qui, jusqu'à la Révolution, a abrité d'illustres dynasties. Dans la tourmente révolutionnaire, la maison est subdivisée pour accueillir de nombreuses familles immigrées italiennes (...) Les Napolitains, spécialisés dans les métiers de la mer, colonisent le Vieux-Port et le Panier qui ressemblent tant aux villages de Campanie. À Marseille, les nouveaux venus ont apporté leurs coutumes et traditions, la fête de leur saint patron et perpétuent, comme tout déraciné en terre étrangère, leur cuisine et leur goût culinaire dans les ruelles qui descendent vers la mer. Les femmes ouvrent des cantines où les ouvriers du port viennent manger pour quelques sous la bonne cuisine napolitaine. C'est dans les rues du vieux quartier, rue de la Nuit ou rue de la Guirlande que sont nées les premières pizzerias. On pense aux Angèle, Anna, Nine et Anna qui ont fondé fièrement de superbes lignées. Là en famille, on pétrissait la pâte, on servait à table, on jouait de la mandoline... Au fil de ses générations, l'âme de ces maisons a perduré. »

— Discours d'Anne Sportiello, conservateur du musée du Vieux-Marseille, 19 décembre 1988.

La pizza margherita est devenue le porte étendard du patriotisme de tout un peuple entre la fin du XIX^e siècle et le début du XX^e, quand 26 millions d'Italiens se sont expatriés à travers le monde à la recherche d'un pays pour les nourrir. Les Napolitains choisissent Marseille et les États-Unis. À New York, la communauté a fait de la pizza son emblème. En France, à Marseille en particulier, où l'essentiel des Italiens est venu s'installer, on sert la pizza sous différentes formes dans les cantines de travailleurs. On l'agrémente de sauce tomate (les pendelottes sont parfaites pour cet usage), les Siciliens préfèrent les anchois, et si on y met des herbes, c'est la fameuse focaccia.

N'oublie pas le chianti

La Seconde Guerre mondiale a donné un coup d'accélérateur à la diffusion de la pizza et c'est encore à Marseille que tout s'est joué. Ce sont les Siciliens qui, depuis la fin du XIX^e, avaient le quasi-monopole des petites échoppes dans lesquelles ils servaient des pizzas accompagnées de chianti. Pendant la guerre, les restaurants soumis aux tickets de rationnement ont fermé. Mais la vente à la sauvette dans la rue a permis aux familles de subsister. À la fin de la guerre, beaucoup de migrants italiens viennent encore à Marseille et y découvrent la pizza marseillaise avec de l'ail dans la sauce tomate. Ils ramènent le concept à Milan en 1960. Ce sont ces mêmes migrants italiens qui ont lancé les premières pizzerias à Paris en 1950. Très rapidement, partout où s'installent les Napolitains, on ouvrira des pizzerias.

Il s'appelait Jean Méritan et ses proches le surnommaient « Jeannot le Pizzaiolo » ; c'est lui qui, le premier, a eu l'idée de créer un camion pizza. Nous sommes en 1962 et, contrairement à ce qu'on vous fait croire sur le web, à l'époque, on ne mange guère de pizza qu'à Marseille et dans ses très proches environs. Jean Méritan est steward sur les bateaux en Méditerranée, c'est au cours d'un voyage en Espagne que son attention se porte sur

Le premier camion-pizza du monde est né ici !

des camionnettes-épicerie ambulantes qui apportent chez ceux qui ne peuvent se déplacer, une foule d'articles du quotidien. À son retour à Marseille, Jean aménage un four sur une remorque et commence l'aventure ; l'installation est rudimentaire, les pizzas sont préparées dans le camion et enfournées dans la remorque. Le succès est immédiat et très vite Jean Méritan aménage un « tube » Citroën HY.

*« Le camion à pizza est alors devenu un élément d'identité populaire se nourrissant du brassage culturel de Marseille et de sa capacité d'innovation frugale à même de délivrer une cuisine simple, bonne et bon marché au pied des immeubles », écrit l'anthropologue Sylvie Sanchez dans son livre *La Pizza connexion - Une séduction transculturelle* (CNRS éditions). Au fil des soirs de la semaine, Jeannot le Pizzaiolo s'installe sur les places de la ville et surtout au pied des bars d'immeubles récemment construits loin du centre-ville. Premier lieu d'implantation : le centre commercial de Bois-Lemaître dans le 12^e. Pour la première fois les clients n'allaient plus à la pizzeria mais c'était la pizza qui venait à eux. C'est la conjonction entre une idée de génie et une nouvelle sociologie qui se dessine : les femmes sont de plus en plus nombreuses à travailler, le téléphone était rare dans les maisons et le surgelé n'existait pas encore...*

Entre 1962 et 1966, Marseille est passée de 1 à 225 camions pizza. Dans le même temps, pour lutter contre l'anarchie qui grandit – parfois les violences qui accompagnent la « prise de possession d'un territoire » – et pour empêcher le travail dissimulé, la profession s'est auto-disciplinée en créant le premier syndicat marseillais de camion pizza. Avec le temps et le succès aidant, ledit syndicat est devenu Syndicat des fabricants de pizza non sédentaires puis achèvera sa métamorphose en 1973 en prenant la dénomination de Fédération nationale des artisans pizza en camion magasin (FNAPCM). Son siège sera tout naturellement basé à Marseille.

Bistrot

Le bistrot Sassy

167, bd Chave, 5^e arr.
07 44 85 19 27. Env. 20-30 €
@bistrot_sassy

Un bar de quartier avec Tess Silvestre et Steven Greffine tout sourire. Une ardoise aux accents asiatiques, intelligente et fine. Sashimi de thon akimi-wasabi, boudin noir-purée paré d'oignons caramélisés, ramen de bœuf bouillon tonko-tsu et œufs mayo-wasaioli séduisent. Cuisine du quotidien, fraîche, bon rapport qualité-prix. À réserver aux amateurs d'adresses authentiques. A neighborhood bar with Tess Silvestre and Steven Greffine at the counter. A slate with Asian accents, intelligent and fine. Akimi-wasabi tuna sashimi, black pudding and puree garnished with caramelized onions, beef ramen with tonko-tsu broth and mayo-wasaioli eggs are alluring. Daily cuisine, fresh, good value for money. To be reserved for lovers of authentic addresses.

A Moro

3, rue Venture, 1^{er} arr.
07 65 80 37 37. Env. 30-40 €
@amoromarseille

Quand un bar abandonné dans une ruelle retrouve la vie (et le sourire) porté par un Benjamin Moro toujours très inspiré. Sur le comptoir d'époque, le service déjeuner s'imagine en mode pasta (paccheri alla caponata salata). Les jeudis et vendredis soir, poissons et viandes font la fiesta (vitello tonnato, coppa di testa sauce gribiche, palourdes 'nduja menthe). Un absolu, un incontournable du centre-ville. The forgotten bar in an alley has found a smile again thanks to Benjamin Moro, who is always very inspired. On the period counter, the lunch service is imagined in pasta mode (paccheri alla caponata salata). On Thursday and Friday evening, fish and meat make the fiesta (vitello tonnato, coppa di testa sauce gribiche, clams 'nduja mint). An absolute must-see in the city center.

Bistrot Saint-Jacques

29, rue Saint-Jacques, 6^e arr.
06 48 75 32 52. Midi 25-30 €
@bistrot_saintjacques

Pendant que le cuisinier s'agite derrière le comptoir, Loup Manescau navigue de table en table, pour réciter les propositions du jour, servir, desservir et proposer des vins bio, nature, vivants. Les menus évoluent et sont racontés à haute voix, « pour ne pas se cacher derrière une ardoise ». Un œuf cocotte au brie, truffe et mouillettes, un risotto de Saint-Jacques snackées, zestes de citron vert et chips de parmesan, une tartelette figue-balsamique : Ça chante dans les verres et les assiettes. While the cook bustles behind the counter, Loup Manescau (the owner) navigates from table to table, reciting the day's offerings, serving, serving and offering organic, natural, lively wines. The menus evolve every day with inspiration from the market. A cooked egg with brie, truffe and mouillettes, a risotto of snacked scallops, lime zest and parmesan chips, a fig-balsamic tartlet : glasses and the plates are singing.

Marché noir

235, bd de la Libération, 4^e arr.
09 83 57 02 80. Midi 25-35 €
@marche_noir_marseille

Ici, on déjeune, on tapas et on apérote... En résumé : on vit. Dans un bar de quartier à l'âme préservée, on se régale de produits aux origines revendiquées : poule persillée, panisses-mayo maison à l'encre de seiche, lasagnes bolo au paleron de bœuf et porc, crème brûlée vanille ou brownie chocolat-chantilly. Les artistes exposent ici leurs œuvres qu'on admire, un verre de vin bio ou un cocktail en main. Tout un life-style. Here, you can lunch, eat tapas, drink an aperitif... In a traditional neighborhood bar with a preserved soul, we enjoy products with claimed origins : parsley octopus, homemade panisses-mayo with squid ink, bolo lasagna with beef and pork, vanilla crème brûlée or chocolate brownie-whipped cream. The artists exhibit their works here which we admire with a glass of organic wine or a cocktail in hand. The « marseillais lifestyle ».

Et aussi...

Le Pronostic bar

13, bd Fifi-Turin, 10^e
09 81 51 00 71
@lepronosticbar

L'Ostéria du Prado

84, ave du Prado, 6^e
04 91 92 98 64
@l.osteria.du.prado

Le Caravane café

86, bd Roger-Chieusse, 16^e arr.
09 55 90 58 97. Midi 14-20 €
tapas ven. et sam. soir
@cooperative_caravane_cafe

Une coopérative de bons vivants a sauvé ce bar de quartier menacé de fermeture. Au piano, Nico et Florian cuisinent comme à la maison avec un plat et une proposition végétarienne chaque jour. Un pan de calatrava (flan maison posé sur un lit de pain imbibé de caramel) et un gâteau au chocolat à la polenta et sans gluten mettent du baume au cœur. Un lieu communautaire et solidaire qui raconte l'âme de l'Estaque. A good friends team saved this neighborhood bar threatened with closure. Nico and Florian cook like at home with a dish and a vegetarian option every day. A pan of calatrava (homemade flan placed on a bed of bread soaked in caramel) and a gluten-free polenta chocolate cake will bring you pleasure. A solidarity place, the soul of l'Estaque.

Bistrot O'Prado

1, bd Périer, Marseille 8^e arr.
04 86 12 87 76. Midi, 25-30 €
@bistrotoprado

Michaël Esterle entretient une bonne humeur contagieuse. Épaule d'agneau coquine, Wellington de quasi de veau-crème de cèpes, persillée de basse côte Angus-sexy butternut et chimichurri-jus donnent un aperçu des inspirations et du talent de la maison. C'est riche, les jus et sauces qui nappent tous les plats sont exemplaires, textures et assaisonnements sont irréprochables. Ambiance brasserie dans un tout petit espace équipé d'une belle terrasse, précieuse en été. Michaël Esterle maintiens a contagious cool spirit. Naughty lamb shoulder, quasi-veal Wellington with porcini mushroom cream, low-coast Angus-sexy butternut and chimichurri-jus give an insight into the inspirations of the house. It's rich, the juices and sauces which coat all the dishes are wonderful, the textures and seasonings are impeccable. Brasserie atmosphere in a very small space equipped with a lovely terrace in summer.

les Eaux de Mars

135, rue Consolat, 1^{er}
04 91 07 61 36
@leseauxdemars.restaurant

Coquille

place Thiers, 1^{er}
04 91 54 14 13
@coquille_bistrotmarin

Les Grandes Tables de la Friche

41, rue Jobin, 3^e arr. 04 95 04 95 85
(et aussi au théâtre de la Criée à midi et les soirs de spectacles). Env. 25€
@lesgrandestables

Manger en conscience, se nourrir avec intelligence. Tel est le credo de cette team qui prône le local, le saisonnier et le bio à des tarifs on ne peut plus serrés. Au cœur d'un pôle artistique parmi les plus grands d'Europe, les événements mêlant culture et food sont ouverts à tous. À midi, on se régale d'une andouillette sauce moutarde, d'un couscous végétarien, d'un tartare de bœuf à la thai et d'un mouhalabieh à l'eau de rose. Eat consciously, feed yourself intelligently. This is the credo of this team which advocates local, seasonal and organic products at incredible prices. At the heart of one of the largest artistic hubs in Europe, events combining culture and food are open to all. At lunchtime, we enjoy andouillette with mustard sauce, vegetarian couscous, Thai beef tartare and mouhalabieh with rose water.

Le Restaurant

Sanctuaire de Notre-Dame-de-la-Garde, 6^e arr. 04 91 98 25 17. Env. 15-30 €
@le.restaurant.ndg

Pour déjeuner, boire un café, goûter, le resto le plus haut perché de la ville est pris d'assaut par les Marseillais et pèlerins venus se régaler d'un œuf parfait, crème de parmesan, poêlée de champignons, d'un demi-coquelet rôti, d'un pavé de maigre à la grenobloise. Comme l'équipe, la mousse au chocolat et la tarte aux fraises sont délicieuses. For lunch, a coffee, a snack, the highest restaurant in the city is stormed by Marseillais and pilgrims who come to enjoy a perfect egg, parmesan cream, fried mushrooms, half a cockerel roasted, of a Grenoble-style fish. Like the team, the chocolate mousse and strawberry tart are delicious.

Cafi shop

30, bd Georges-Clémenceau, 4^e
04 91 49 47 99
@le.cafi.shop.marseille

Restos

Le Plongeon

1, rue Méry, 2^e arr. 04 91 91 77 37.

Midi 25-29 €, soir 39-45 €

@leplongeon.marseille

À mi-chemin entre le bistrot et le resto, de la terre à la mer, cette table avec terrasse ensoleillée est l'une des plus suivies du moment. Victor Sauzay cuisine avec le même bonheur charcuteries, poissons (de ligne) et légumes de saison. Pâtés en croûtes, terrines, sardines et vins nature expliquent son succès non-stop depuis un an. Halfway between the bistro and the restaurant, this table with a sunny terrace is one of the most popular at the moment. Victor Sauzay cooks charcuterie, fish and seasonal vegetables with the same pleasure. Pâtés en croûtes, terrines, sardines and natural wines explain this non-stop success over the past year.

Ekume

139, rue Sainte, 7^e arr. 04 91 73 46 91.

Midi 39 € ; formules 69, 79, 95 et 125 €

@ekume_restaurant

Service, ambiance, formules... Edgar et Alizée Bosquez sont parvenus à la chose la plus difficile en restauration : l'équilibre et l'harmonie. La carte propose un incessant aller-retour terre-mer (haricots verts-turbot maturé-lait d'amandes fumé et œufs de truites ou muge du Grau-du-Roi-mojo verde aux guindillas), Bosquez ayant fait de la Provence et de ses rivages un merveilleux terrain d'expérimentations. Une fête qui n'a pas de fin. Service, atmosphere, menu... Edgar and Alizée Bosquez between balance and harmony. The menu offers a constant return from land to sea (green beans-matured turbot-smoked almond milk and trout eggs or mulge du Grau-du-Roi-mojo verde with guindillas), Bosquez having traveled to Provence and its shores... It is a marvelous field of experimentation. A celebration, a never ending story.

Belle de Mars

56, rue de Forbin, 2^e arr. 09 86 57 24 58.

Midi 27-36 €, soir 49 €

@belledemars.restaurant

Michel Marini et sa conjointe, Kim-Mai Bui, animent une adresse discrète hors des sentiers balisés. Raffinement, réflexion et audace se dégustent dans chaque assiette : encornet à la plancha-chou rave brocoli et œufs de truite ; poire pochée sur ganache montée croustillante de meringue citronnée. De la gastronomie entre terre et mer ; belle maison. Michel Marini and his partner, Kim-Mai Bui, run an address in an outlying neighborhood. Refinement, reflection and audacity are found in each plate: grilled squid, broccoli and trout roe; poached pear on ganache topped with crunchy lemon meringue. Gastronomy between land and sea; prestigious house.

Prémices

11, rue Beauvau, 1^{er} arr. 04 91 06 64 02.

Midi 29-32 €, soir 49-84 €

@premices.marseille

Le beau Léo en salle, et le grand Benoît, en cuisine, ont hissé leur resto au rang des tables qui comptent, porté par une créativité identitaire et audacieuse. Dans ce lieu d'aujourd'hui teinté d'âme 60's, les végétaux s'éclatent (poireaux sauce matcha-praliné pistache et huile de pin) et les chairs font bonne chère (gigot d'agneau-tombée de blettes, raisins frits et ajo verde pistache-ail confit). Cuisine de potes, vins nature pertinemment choisis et associés en harmonie. The handsome Leo in the dining room, and the great Benoît, in the kitchen, have raised their restaurant to the ranks of the important tables with a bold and identity menu. In this modern place tinged with 60's soul, vegetables have a blast (leeks with matcha-pistachio praline sauce and pine oil) and the meats seduce (leg of lamb with chard, fried grapes and ajo verde pistachio-garlic confit). Friendly cuisine, natural wines very well chosen and combined in harmony.

Et aussi...

Copains

93, rue de Tilsit, 1^{er}

09 53 60 99 91

@copainsrestaurant

Quilles et Papilles

1, ave Ambroise-Robert, 12^e

04 91 49 06 86

@quillesetpapilles

Ouréa

72, rue de la Paix Marcel-Paul, 6^e arr.

04 91 73 21 53. Midi 30-62 €, soir 62 €

@ourea_restaurant

Mathieu Roche cuisine précis et vise juste. Sa carte pensée et très imaginative est amarrée au Sud (Carpaccio de lotte-chorizo de taureau gel citron et criste marine ; pagre-spaghetti de courgettes et moules au galanga, écume coco ; ravioles ricotta de brebis, figues, noix, courgettes, sabayon vin jaune). Excellent choix de vins bio et nature, sourires et service chaleureux. Une solide référence, on en redemande ! Mathieu Roche became a reference. Its thoughtful and very creative menu is anchored in the South (monkfish-bull chorizo carpaccio with lemon gel and samphire ; zucchini porgy-spaghetti and mussels with galangal, coconut foam ; sheep's milk ricotta ravioli, figs, walnuts, zucchini, sabayon wine). Excellent choice of organic and natural wines, very cool service. A solid reference, we recommend !

Mijoba

79, bd Vauban, Marseille 6^e arr.

04 91 92 03 53. Midi 32-35 €.

@david.mijoba

Cuisine à dominante végétale avec quelques incursions maritimes. La pizette au levain de petit épeautre-anchois frais marinés et homos de fèves de soja, le ceviche de sar au lait de coco-piment gingembre-chicorée et croûtons aillés illustrent les talents de David. Une cuisine parfois sombre à l'instar des peintres fauves provençaux du début XX^e siècle. Classe et puissant. Predominantly plant-based cuisine with some maritime incursions. The sourdough pizzette of small spelt, fresh marinated anchovies and soy bean homos, the sar ceviche with coconut milk, ginger pepper, chicory and garlic croutons illustrate David's talents. A cuisine that is sometimes dark, like the Provençal Fauvist painters of the early 20th century. So classy.

Alivettu

145, rue Sainte, 7^e

09 83 70 38 94

@alivetu.restaurant

Le grand Bar des Goudes

29, ave. Désiré-Pellaprat, 8^e

04 91 73 43 69

@legrandbardesgoudes

Le Femina

1, rue du Musée, 1^{er} arr.

04 91 54 03 56. Env. 30 €

@lefeeminachezkachetel

Depuis plus d'un siècle, cette famille propose différents couscous (viandes, légumes, poissons) préparés à la main, dans la tradition. Mustapha, l'homme au cœur le plus gros de la ville, sert un couscous à la semoule d'orge exceptionnel. Pâtisseries, ambiance et rires au menu. Une adresse chaleureuse, un incontournable. For more than a century, this family has been offering different couscous (meat, vegetables, fish) prepared by hand, in the tradition. Mustapha, the man with the biggest heart in town, serves exceptional barley couscous. Pastries and friendly atmosphere on the menu. A warm address.

Bouillon Chave et Carnage

67, bd Chave, 5^e arr. Env. 40-50 €

04 91 67 30 10 @bouillon_marseille

65, bd Chave, 5^e arr. Env. 25-30 €

04 91 37 91 88 @carnage_marseille

Ces deux enseignes ont en commun la sélection des vins vivants de Mathieu Zurcher qui fait péter les goulots et glouglouter les verres bio avec brio. Aurégan Dean, fait un Carnage avec ses pâtés en croûtes, saucisses, feuilletés au boudin noir. Chez Bouillon, on déjeune et dîne d'un dim sum de poule, aubergines confites, bouillon et gouda, d'un bœuf bourguignon, d'une saucisse purée. Revigorant, rassurant. These two restaurants have in common the selection of organic wines by Mathieu Zurcher who makes us dream with good bottles. Aurégan Dean, cooks wonderful pâtés en croûtes, sausages, black pudding puff pastries. At Bouillon, you will fall in love with octopus dim sum, candied eggplant, broth and gouda, beef bourguignon, and pureed sausage. Invigorating, reassuring.

Lottie

39, rue de la Paix Marcel-Paul, 6^e

09 55 33 33 41

@lottierestaurant

TU L'AS OUBLIÉ MAIS CES PRODUITS SONT MARSEILLAIS

Caillolais

Yaourts le Caillolais

Le yaourt le Caillolais est un yaourt traditionnel élaboré avec le lait entier d'une ferme de Saint-Andiol au nord des Bouches-du-Rhône. Ils sont conditionnés dans des pots en carton, et c'est cool car ça ne pollue pas !

Un vrai Provençal a obligatoirement mangé un Caillolais, sinon... La famille a failli vendre la marque mais deux des fils de Jean-Louis ont décidé, il y a quelques années, de reprendre la suite. Ouf ! La saga familiale est née au milieu du XX^e siècle et se perpétue.

La gamme se compose d'un nature et de trois parfums (vanille, citron, fraise). La famille Schmitt produit de 3 000 à 4 000 pots par semaine, vendus dans les Bouches-du-Rhône et le Var.

Ils te font halluciner : pas de site web, encore moins de photos et bon courage pour trouver leur numéro de téléphone ! La famille Schmitt ne court pas après les médias.

T'en veux ?
chez Marrou
2, bd Baille, 6^e
04 91 78 64 91
Royaume de la Chantilly
2, rue Granoux, 4^e
04 91 34 09 16

La sucette chlorophylle

Elle est rouge et vert, tanquée sur un bâtonnet en bois. Elle a un super goût de fraise, de chlorophylle et se troue en fondant dans la bouche... Fais gaffe parce qu'on s'est tous coupé la langue avec.

Carte d'identité née en 1950 à Marseille, la sucette a connu son heure de gloire dans les 60's et les 70's. C'est désormais une entreprise familiale (Nice Bonbons) qui la fabrique dans le village de Contes, dans les Alpes-Maritimes.

À quel moment ? Quand tu as mangé l'aïoli avec beaucoup, beaucoup d'ail. Eh bien la sucette, elle va sauver ta life !

T'en veux ?
180° biscuiterie artisanale
39, bd Bompard, 7^e
06 10 86 26 23

Avant, y'avait un bocal à côté de la caisse de ta boulangerie et de temps en temps, la boulangère, elle te donnait une sucette contre un bisou.

À Emporter

TORREFACTEURS

Cafés Debout

46, rue Francis-Davso (1^{er})
@cafesdebout

Ben Mouture

4, rue du Petit Chantier (7^e)
@benmouture

Pollux coffee shop

15, rue d'Isoard (1^{er})
@cafe.pollux

La Tisserie

142, rue d'Endoume (7^e)
@tisserie_torrefaction

Le Coogee

100, bd Baille (5^e)
@cafecoogee

Corto

150, ave du Prado (8^e)
@cafecortofrance

Brûlerie Moka

36, bd Eugène-Pierre (5^e)
@bruleriesmoka

Café Lauca

68, rue Grignan (1^{er})
@cafe_lauca

Noailles

56, la Canebière (1^{er})
3, ave du Prado (6^e)
@torrefaction_noailles

CHOCOLATIERS

La chocolatière de Marseille

35, rue Vacon (1^{er})
@chocolatieredemarseille

Le temps d'un chocolat

14, rue Haxo (1^{er})
@le_temps_dun_chocolat

La Baleine à Cabosse

213, rue Paradis (6^e)
@labaleineacabosse

Hubert

4, rue des Orgues (4^e)
@chocolaterie.hubert

GLACIERS

Vanille noire

15, rue Caisserie (2^e)
place de l'Opéra (1^{er})
@vanille_noire_officiel

Le Glacier du Roi

4, place de Lenche (2^e)
39, rue Papety (7^e)
@leglacierduroi

Maison Jouglas

121, cours Lieutaud (6^e)
@maisonjouglas

Emkipop

80, bd Vauban (6^e)
@emkipop

Les Glaciers marseillais

138, ave P.-Mendès-France (8^e)
@lesglaciersmarseillais

Gelateria des Goudes

1, rue Désiré-Pelaprat (8^e)
@gelateriadegoudes

CHICHIS ET PANISSES

Lou Goustado de l'Estaco

38, plage de l'Estaque (16^e)
@lou_goustado13

Kiosque Magali

plage de l'Estaque (16^e)

Chez Freddy

86, plage de l'Estaque (16^e)

BIÈRES

Soiffe

8, rue Lafayette (1^{er})
@boissons.soiffe

Bières academy

22, rue Beauvau (1^{er})
@biereacademy

Brasserie de la Plaine

16, rue Saint-Pierre (6^e)
@bieredelaplaine

Victor-cave à bières

20, rue d'Endoume (7^e)

143, le bar à bières

143, rue Sainte (7^e)
@le143barabieres

Brasserie Zoumaï

7, cours Gouffé (6^e)
@brasserie_zoumai

ÉPICERIES - PÂTES FRAÎCHES

Les Deux Libanais

216, rue Saint-Michel (6^e)

Saladin

10, rue Longue (1^{er})
@saladin_epices_du_monde_13

Chez Francette

17, rue Pointe à Pitre (6^e)
@ChezFrancetteVauban

Pasta e dolce

199, ave de Mazargues (8^e)
Épicerie du Fleuve

85, bd Longchamp (1^{er})
@epiceriedufleuve

Chez Petit Jean

65, bd Eugène-Pierre (5^e)
@chez_petijean

La Fabrique de ravioli

74, bd Baille (6^e)

Coquillettes et fusilli

109, bd Notre-Dame (6^e)
@coquillettes_et_fusilli

Moutchou

78, rue d'Endoume (7^e)
@moutchou_epicerie

Provisions

95 bis, rue de Lodi (6^e)
@provisions.marseille

Piou

74, rue Grignan (1^{er})
@piou_marseille

Fama

1, rue Samatan (7^e)
@fama.superette

PÂTISSIERS

Labo La Pépité

2, place Daviel (2^e)
145, rue Sainte (7^e)
@labolapepité

Au Contraire

1, bd Paul-Doumer (6^e)
@aucontraire.patisseries

Bricoleurs de douceurs

256, rue d'Endoume (7^e)
53, bd du Cabot (9^e)

35, bd Philippon (4^e)

@bricoleursdedouceurs

Torres

57, ave de Montredon (8^e)
@patisserietorres

Marie-Rebuffat

50, rue Emile-Zola (9^e)
@rebuffatmarie

Oh, Faon !

6, rue Edmond-Rostand (6^e)
@oh_faon

Sylvain Depuichaffray

66, rue Grignan (1^{er})
@sylvaindepuichaffray

Pâtisserie by Sisilia

46, ave de Saint-Barnabé (12^e)
@patisserie_by_sisilia

Vincent Dubreucq

128, rue Montaigne (12^e)
@vincent_dubreucq

THÉS

Lorene Millet

7, rue Fontange (6^e)
@lorenemillet

CONFISEUR

Dromel Aîné

19, ave du Prado (6^e)
@dromel_aîne_1760

COCKTAILS

Copperbay

36, bd Notre-Dame (6°)
@copperbay_marseille

La Bisette

17, rue André-Poggioli (6°)
@la_bisette

Apotek bar

2, rue Consolat (1°)
@apotekbar

Gaspard

7, bd Notre-Dame (6°)
@bargaspard

ÉCAILLERS

Chez Henry

2, rue Montaigne (12°)
@coquillages_henry

Pierrot coquillages

355, ave du Prado (8°)
@pierrot_coquillages

BOULANGERIES

Les Bonnes Graines

5, ave de Hambourg (8°)
@les_bonnes_graines

Miches et Baguettes

77, ave de la Corse (7°)
@miches_et_baguettes

T65

35, ave de la Corse (7°)
@T65boulangerie

Hat's

à Beaumont (12°)
aux Camoins (11°)
100, ave J.-Cantini (8°)

L'Estaque (16°)

Mazargues et Saint-Giniez
(8°), Vallon de l'Oriol (7°)

@hats_boulangerie_patisserie

Maison Saint-Honoré

41, ave du Prado (6°)
31, rue d'Endoume (7°)

28, bd du Cabot (9°)

@maisonsainthonore_

Ludivine

38, bd Notre-Dame (6°)
@ludivine_marseille

Pain Pan

29, rue Trois frères
Barthélémy (6°)

@boulangeriepainpan

House of Pain

14, rue Fontange (6°)
@house_of_pain_boulangerie

Boulangerie Salvator

32, bd Louis-Salvator (6°)
@painsalvator

Ferments bakery

95, rue de Lodi (6°)
@fermentsbakery

Le bar à pain

18, cours Joseph-Thierry (1°)
@lebarapain

Les Mains libres

117, bd Chave (5°)
@les_mainslibres

TRAITEUR

Marrou

place de l'Opéra (1°)
15, place Castellane (6°)

2, bd Baille (6°)

370, ave du Prado (8°)

95, rue Montaigne (12°)

@marrou_traiteur

BISCUITERIES

Les Navettes des Accoules

68, rue Caisserie (2°)
@les_navettes_des_accoules

Les sablés marseillais

12, rue de l'Évêché (2°)
@lessablesmarseillais

180 degrés

39, bd Bompard (7°)
@180biscuiterie

Le Four des Navettes

136, rue Sainte (7°)
@lefourdesnavettes

CAVISTES

La Source

139, bd Chave (5°)
@la_source_marseille

La Cave de Baille

133, bd Baille (5°)
@lacavedebaille

La Fabricquerie

71, ave de la Corse (7°)
@lafabricquerie.marseille

BonJour

9, cours Jean-Ballard (1°)
@bon_jour_marseille

Les Caves de l'Abbaye

99, rue Sainte (7°)
@lescavesdelabbayemarseille

Enivre

19, ave Pasteur (7°)
@enivre.caveavin

Les canons de Vauban

124, bd Vauban (6°)
@lescanonsdevauban

Mademoiselle Wine

146, corniche J.-F. Kennedy (7°)
@mademoisellewinemarseille

La Cave des Amis

54, bd Edouard-Herriot (8°)
@cavedesamis.marseille

La Cave à Vinyle

12, rue Fontange (6°)
@la_cave_a_vinyle

Voilà Ve

100, bd Chave (5°)
@voilavemarseille

Chicoulon

59, rue Grignan (6°)
@chicoulon_la_cave

FROMAGERIES

Le Royaume de la Chantilly

2, rue Granoux-place Sébastopol
(4°) et à Saint-Barnabé (12°)

@royaumedelachantilly

L'Art de la Fromagerie

20, rue Saint-Michel (6°)
1, place Maréchal Fayolle (4°)

119, rue d'Endoume (7°)

@lartdelafromagerie

La Meulerie

9, grand' rue (2°)
249, corniche Kennedy (7°)

@lameulerie

La Laiterie marseillaise

86, rue Sainte (7°)
@lalaiteriemarseillaise

Chez Lucienne

221, rue d'Endoume (7°)
@fromageriechezlucienne

Les Bons Fromages

18, ave Pasteur (7°)
85, bd Vauban (6°)

@bonsfromages

Maison Marin

41, rue Emile-Zola (9°)
@lamaisonmarin

Kalou

24, ave de Mazargues (8°)
@fromagerie.kalou

Le Fil bleu

203, rue Paradis (6°)
@filbleufromagerie

Rigaou

5, rue Pierre-Dupré (8°)
@fromagerie_rigaou

Fromagerie Froumaï

150, La Canebière (1°)
@fromageriefroumaï

PUBLICATION SPONSORISÉE

Ces cantines qui cuisinent local, bio et de saison



La restauration collective offre des débouchés considérables dans le développement d'une production locale et durable. Et bien manger, c'est aussi être en bonne santé pour une vie de qualité !

La restauration collective fournit tous les jours des repas équilibrés et variés, à coûts modérés, à de nombreuses personnes : écoliers, collégiens et lycéens, étudiants, salariés, malades, prisonniers, personnes âgées, etc. Chaque année dans les Bouches-du-Rhône, on estime à 94 millions le nombre de repas servis en restauration collective, dont 37 millions en restauration collective scolaire. Fournir une alimentation de qualité en restauration collective, c'est contribuer à préserver les ressources naturelles et les écosystèmes, en soutenant des filières d'approvisionnement durables. La restauration collective offre des débouchés considérables dans le développement d'une production locale et durable. Elle permet aussi de mettre fin à une situation absurde : près de 90 % des productions de fruits et légumes sont vendues et consommées à l'extérieur des Bouches-du-Rhône alors que 90 % de ce que consomme le département est importé. Si l'une des solutions passe par l'ouverture de points de vente directe, augmenter la part des produits locaux et bio dans les cantines apparaît comme une autre excellente solution.

Dans le cadre du Projet alimentaire territorial (PAT) mis en œuvre par la Métropole Aix-Marseille-Provence et le Pôle d'équilibre territorial et rural du Pays d'Arles, en partenariat avec le Département des Bouches-du-Rhône, un réseau « Nos cantines durables » s'est constitué regroupant 60 communes. Formations, visites, journées d'échanges et de rencontres avec les fournisseurs, cette démarche a per-

mis de répondre à de nombreuses questions de la part des collectivités qui ont aussi mis en commun leurs compétences.

À Gardanne, des pionniers

À titre d'exemple, des cuisiniers de cantine partagent leurs recettes à base de produits locaux et de saison. Un programme de sept formations sur mesure est proposé chaque année pour les communes : il aborde les questions des approvisionnements en produits durables et locaux, la lutte contre le gaspillage et des outils pédagogiques...

Autre exemple, à Gardanne, dans le parc agroécologique de Barème. Sur ce terrain municipal de 40 hectares, les aides-maîchères du chantier d'insertion des Ateliers de Gaïa produisent 37% des fruits et légumes bio pour la restauration collective de la commune, soit plus du tiers des fruits et légumes servis dans les cantines scolaires. Pour mettre en œuvre ce circuit court, la commune est accompagnée par la Métropole Aix-Marseille-Provence dans le cadre du Projet alimentaire territorial. Le PAT déployé dans les Bouches-du-Rhône est le plus étendu

de France en matière de superficie et de population, avec cent-vingt-et-une communes et deux millions d'habitants concernés. L'ambition de ce plan d'action qui disposait d'un budget d'environ 3,5 millions d'euros en 2022 : atteindre et dépasser 10 à 15 % d'autonomie alimentaire en 2027 contre 7 % en 2022.

