

Carnet d'inspiration

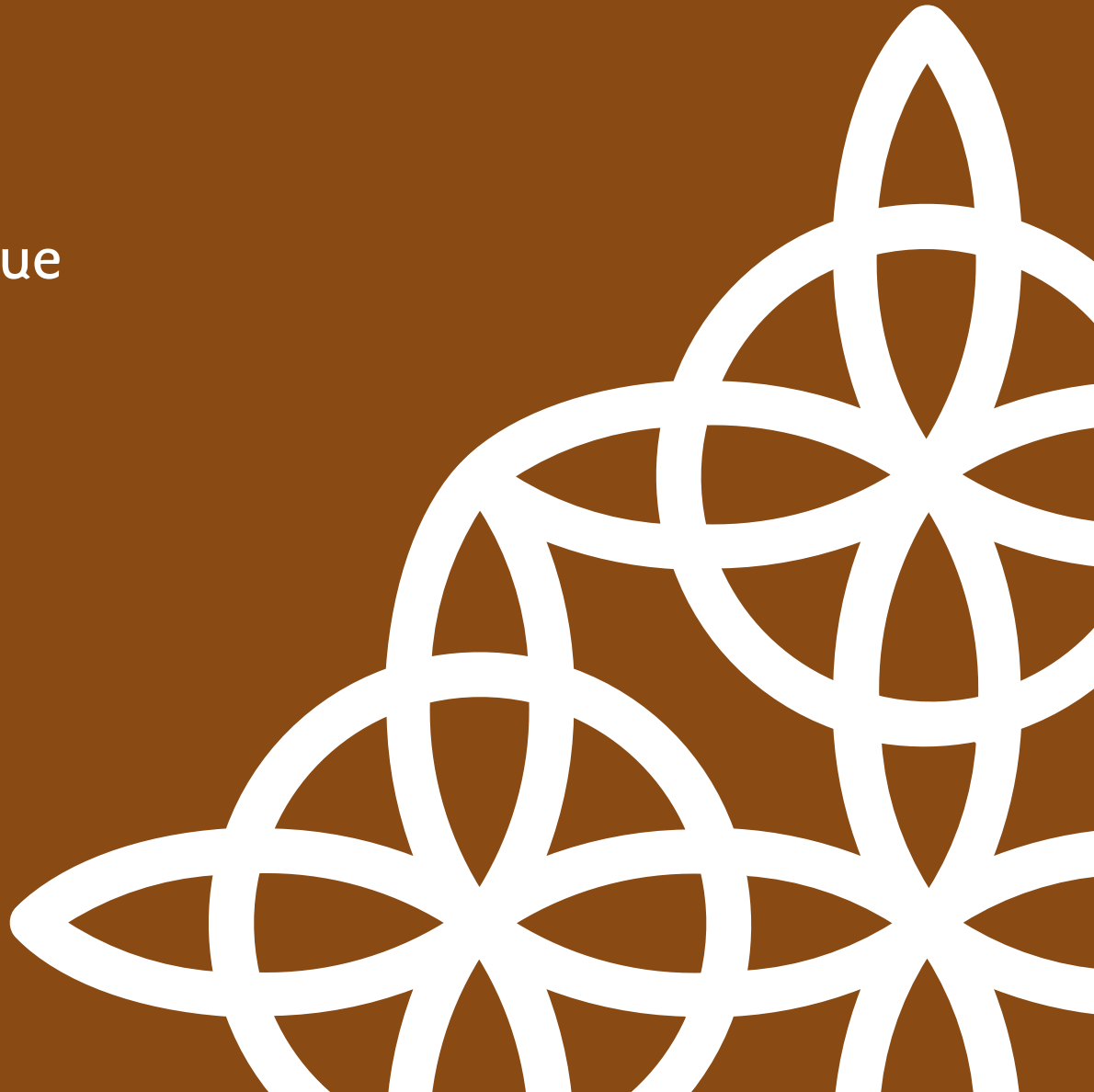
# Culinaire

Destination touristique

# Brocéliande



En partenariat avec





# ≡ **ÉDITOS**

## *Carnet d'inspiration culinaire*



**Loïc CHESNAIS – GIRARD,**  
Président de la Région Bretagne

« L'identité n'est pas une frontière  
mais un pont »



**Anne GALLO,**  
Présidente de Tourisme Bretagne

Une terre singulière

## ≡ Édito Président de la Région Bretagne

### « L'identité n'est pas une frontière mais un pont »

Le carnet d'inspiration qui vous est proposé ici est le fruit d'un travail initié et coordonné par la Région Bretagne. Conformément aux valeurs qui sont les nôtres et qui guident notre action : des valeurs d'engagement, de sens du collectif, d'ouverture et d'imagination, ce travail a mobilisé de nombreux acteurs sur tous les territoires - issus de sphères publiques, privées, associatives - ainsi que des habitants.

Un travail qui s'inscrit dans la droite ligne du Schéma Régional de Développement du Tourisme et des Loisirs et de son positionnement : « Identité et Transitions ». Un schéma qui vise à repenser les manières de concevoir et de développer le tourisme afin d'assurer son ancrage au territoire et le remettre en perspective des enjeux qui sont devant nous. Des enjeux qui appellent à une transition, une transformation des modèles... au profit d'un tourisme plus vertueux, créateur de valeurs sociales, environnementales, économiques, etc.

Au-delà des transitions qui gagnent à infuser tous les projets, comment penser des modèles plus inclusifs, plus ancrés au territoire, qui nous projettent vers des futurs choisis et non subis ?

Nous sommes convaincus que l'une des réponses sera de s'attacher à la (re)découverte de l'identité

bretonne. Une identité qui n'est pas figée dans le passé mais au contraire une identité créatrice, un concept dynamique, vivant même. Elle devra permettre à ceux qui y puisent leur inspiration de se projeter vers l'avenir et de révéler le territoire dans leur manière de penser les projets, qu'il s'agisse de mobilité, d'aménagement, d'équipement, d'hébergement ou de restauration.

L'identité n'est pas une frontière mais un pont. Ce sont les racines qui font résister au vent de la standardisation. Ce sont des ailes pour se sentir assez fort pour aller rencontrer l'Autre et l'Ailleurs, partout et tout le temps. Contre un monde fade ; l'identité est l'invocation du territoire. L'identité est le sel du territoire, l'exhausteur de goût de celui-ci. L'identité est plurielle et ses mariages avec d'autres identités sont souvent féconds et heureux. Et notre histoire en témoigne.

Puisant dans les paysages, les patrimoines naturels et culturels - matériels comme immatériels - dans l'architecture, etc., les deux carnets initiés par la Région Bretagne – Espaces et Culinaires - ont vocation d'inspiration. Ils proposent des pistes, qui invitent tout acteur, public comme privé, à s'interroger, à imaginer comment ces éléments de nos patrimoines peuvent être retranscrits, de manière résolument moderne dans nos équipements, nos aménagements, et jusque dans nos assiettes... A travers ces carnets, nous vous proposons d'em-

barquer collectivement, comme il est de coutume en Bretagne, afin de faire valoir nos spécificités. Une invitation à sortir de l'uniformisation tout en prenant garde à ne pas folkloriser. Une invitation, au-delà de la simple interprétation de nos patrimoines, à révéler l'identité de nos territoires, ces identités plurielles qui, ensembles, contribuent à l'identité bretonne.

### Loïg CHESNAIS – GIRARD, Président de la Région Bretagne



## ≡ Édito Présidente de Tourisme Bretagne

### Une terre singulière

Faites le test : lancez la conversation, au hasard, sur la Bretagne. Très vite il sera question de singularité, d'originalité étonnante et forte. Il sera également mis en avant, les traditions, le sens du collectif mais aussi les créations et les innovations.

Cette singularité, cette identité, que la marque Bretagne porte avec ardeur et passion depuis 15 ans se combine à d'autres identités plus locales mais tout aussi affirmées.

« Faire l'expérience de la Bretagne » c'est poser le pied sur une mosaïque de territoires, une terre de contrastes que l'on arpente, que l'on hume, déguste et ressent. 10 univers de destinations nous sont proposés, et à chaque fois, la possibilité de découvrir de nouvelles saveurs et spécificités, de nouvelles architectures ou tout simplement une nouvelle palette de couleurs et de nouveaux horizons... La Bretagne, ce joyau commun qui est tout sauf uniforme !

En lançant les Carnets d'Inspiration, Espaces et Inspirations Culinaires, La Région Bretagne et Tourisme Bretagne ont voulu répondre à un objectif. Le vôtre, chers hébergeurs, restaurateurs, professionnels du tourisme, mais également architectes et designers ... qui travaillez en Bretagne, avec le désir d'ancrer durablement vos projets dans leur territoire, en se reliant à l'ADN local, en activant les bonnes clés de

développement et les bons leviers. Nous souhaitons ainsi offrir aux visiteurs et habitants, un tourisme porteur de sens, de valeurs et d'une culture à partager sur place.

Pendant plusieurs mois, des ateliers collaboratifs, au plus près du terrain, ont permis d'explorer les richesses de chaque destination. Notre volonté : débusquer les ingrédients phares et les histoires qui font sens, inventorier ce qu'on y trouve, ce qui fait chaque particularité, avec l'idée toute simple que cela constitue des sources d'inspiration et de créativité incroyables. Ainsi, nous pouvons développer des offres authentiques. On rayonne lorsque l'on s'appuie sur ses valeurs culturelles, on est tout simplement juste quand on est soi.

Ces recueils d'inspiration vous proposent exactement cela, sonner juste. Ils vous permettront de vous inspirer, de nourrir vos projets, sans créer de dissonance, de faire rayonner notre expérience ! Parcourez-les comme des référentiels, à même de démarquer votre offre. Piochez, picorez ... on vous aiguille sur les couleurs, les matériaux, les textures, les formes propres à votre territoire afin que tout ce que vous allez imaginer, concevoir, cuisiner... soit vraiment singulier. Alors saisissez-vous de ces recueils d'inspiration, réutilisez-les, détournez-les également, c'est notre patrimoine, on ne peut plus vivant.

Pour que notre tourisme fonctionne, il faut qu'il nous ressemble et fasse valoir nos différences. Aménager des lieux de vie, redécouvrir les recettes et ressources locales, les algues, le chanvre, le sel, le lin, le sarrasin, le lien à la mer, les héritages paysans et marins ... En parcourant ces pages, on réalise à quel point cette Bretagne, Notre Bretagne, qui nous fédère est une palette de petits mondes, de goûts et d'atouts. Un vivier gustatif et créatif.

Nous vous souhaitons un bon voyage et de belles inspirations au cœur de l'âme bretonne !

### Anne GALLO, Présidente de Tourisme Bretagne



## ≡ Pennad-stur Prezidant Rannvro Breizh

« **An identelezh n'eo ket un harz, ur pont ne lavaran ket** »

Frouezh ul labour lañset ha kenurzhiat gant Rannvro Breizh eo ar c'harned awen a ginniger deoc'h amañ. Klotañ a ra al labour-se gant hon talvoudoù, ar re a vez o heñchañ hon oberoù : reiñ bec'h a-stroll, gant ur spered digor ha troet war an ijin. Ur bern Bretoned hag ur bern obererien, e pep lec'h er rannvro, koulz en ensavadurioù publik, prevez hag er c'hevredigezhioù, o deus kemeret perzh en afer.

Sevenet eo an traoù diouzh ar Brastres Rannvroel evit Diorren an Touristerezh hag an Dudioù hag ar soñj diazez anezhañ : « Identelezh ha Treuzkemmoù ». Graet eo ar brastres-se evit adwelet an doareoù da empennañ ha da ziorren an touristerezh, dezhañ da vezañ diazezet gwelloc'h e-barzh ar vro ha da zalc'her kont eus an dalc'hoù a zo dirazomp. Abalamour d'an dalc'hoù-se eo ret cheñch an traoù, ober diouzh patromoù all... evit un doare touristerezh vertuzusoc'h, hag a zegas traoù gwelloc'h war an dachenn sokial, evit an endro, an ekonomiezh ha kement zo.

En tu all d'an treuzkemmoù a vo talvoudus adal ma vint kemeret e kont e kement ober a vo, penaos empennañ patromoù muioc'h evit an holl, diazezet gwelloc'h en o bro, hag a gaso ac'hanomp war-zu un amzer-da-zont choazet ha neket gouzañvet ?

Sur omp e vo stag unan eus an diskoulmoù ouzh (ad)anaoudegezh identelezh Breizh. Un identelezh ha n'eo ket skornet en amzer dremenet pa'z eo, er c'hontrol, un identelezh krouiñ, lañs ganti, bev zoken. Ar re a gav o awen enni a c'hallo ganti ijinañ an amzer-da-zont ha lakaat Breizh war wel diouzh o mod da soñjal ar raktresoù, pe e vefent e-keñver monedone, kempenn, aveiñ, herberc'hiañ pe pretierezh.

An identelezh n'eo ket un harz, ur pont ne lavaran ket. Gwrizioù int hag a ra deomp padout ouzh giz an unvaniñ. Divaskell int, deomp d'en em santout kreñv a-walc'h evit mont davet an Dud All, da Lec'h All, e pep lec'h ha dalc'hmat. A-dal d'ur bed divlaz ez eo an identelezh galv ar vro. An identelezh eo an holen a zeu da lakaat blaz ar vro war wel. Liesseurt eo an identelezh ha diwar kejañ gant identelezhioù all e teu traoù frouezhus ha kaer peurliesañ. N'eus ken sellet ouzh hon istor.

Gant an daou garned – Egorioù ha Keginañ – savet dre atiz Rannvro Breizh, a denn o danvez diwar al lec'hioù, ar gladoù naturel ha sevenadurel, koulz danvezel ha dizanvezel, ar savadurioù ha me'oarme, e klasker broudañ an awen. Enno e kinniger hentoù da gemer, d'an holl obererien, pe e vefent publik pe prevez, d'en em soñjal, da ijinañ penaos e c'haller adskrivañ ar pezhioù-se a ya d'ober hor glad, en un doare modern da vat en hon aveadurioù, hol labouroù kempenn, ha betek en hon asiedoù...

Gant ar c'harnedoù-mañ e kinnigomp deoc'h kemer penn an hent asambles, evel ma kustumer ober e Breizh, evit lakaat hor perzhioù dibar war wel. Ur bedadenn da vont hebiou an unvaniñ en ur ziwall da gouezhañ er folkloraj. Ouzhpenn displegañ hor glad ez int ur bedadenn da lakaat identelezh hor broioù war wel, identelezhioù liesseurt hag a ya, holl asambles, d'ober identelezh Breizh.

**Loïg CHESNAIS – GIRARD, Prezidant Rannvro Breizh**



## ≡ Pennad-stur Prezidantez Touristerezh e Breizh

**Ur vro disheñvel**

Grit un taol-esa : lañsit ar gaoz, evel ma teu, diwarbenn Breizh. Buan-tre e vo kaoz eus disheñvelder, eus perzhioù dibar sebezus ha pouezus. Anv a vo ivez eus an hengoun, ar spered a-stroll hag ivez an ijin hag ar c'hrouiñ.

An disheñvelder-se, an identelezh-se a vez brudet en ur mod youlek gant ar merk Breizh 15 vloaz zo, a ya war un dro gant identelezhioù all, identelezhioù lec'hel hag a zo ken kreñv all avat.

« Ober anaoudegezh gant Breizh » a dalvez kerzhet war ur mozaik broioù, takadoù disheñvel an eil re diouzh ar re all hag a vez baleet warno, c'hwshaet, tañvaet ha santet. Kinnig a reer 10 teskad lec'hioù touristel ha bep taol e c'haller ober anaoudegezh enno gant saourioù ha perzhioù dibar nevez, savadurioù nevez pe livioù ha dremmwelioù nevez... Breizh, ur bravig boutin deomp hag a zo liesdoare ken-ken !

Lañset he deus Rannvro Breizh Karnedoù Awen, Egorioù hag Awen Keginañ evit ur pal. Hoc'h hini eo, mignoned kaezh : c'hwï, herberc'hierien, pretiou-rien, obererien war dachenn an touristerezh, hag ivez tisavourien ha dizainerien... a vez o labourat e Breizh gant ar c'hoant da wriziennañ hoc'h oberoù en ho pro war hir amzer, liammet oc'h ouzh ene ar vro ha degas a rit lañs evel m'eo dleet evit diorren anezhi. E-giz-se e fell deomp kinnig, d'ar weladen-

nerien ha d'an dud a zo o vevañ e Breizh, un touristerezh a skiant-vat, stag ouzh talvoudoù, ouzh ur sevenadur da vezañ tañvaet asambles war al lec'h.

E-pad meur a viz ez eus bet atalieroù kenlabourat, an tostañ ouzh an dachenn, evit anaout diouzh ar gwellañ ar pinvidigezhioù a zo e pep lec'h touristel. Ar pezh a felle deomp ober : diskoachañ an aozennoù pennañ hag an istorioù talvoudus o ster, renabliñ ar pezh a gaver enno, ar pezh a ya d'ober o ferzhioù dibar, en ur soñjal ez eo kement-se mam-menn an awen, an ijin, ur vammenn ha n'eus ket par dezhi. Diwar se e c'hallomp kinnig traoù gwriziennet mat er vro. Tapout a ra an den brud vat pa vez harp ouzh e dalvoudoù sevenadurel gwirion, pa vez feal d'e bersonelezh, tra ken.

Hag an dra-se, dres, a vez kinniget deoc'h gant ar c'harnedoù awen-mañ : bezañ reizh. Ganto e c'halloc'h kavout awen, magañ hoc'h oberoù, anez seblantout bezañ faos, ha lakaat brudañ ho skiant-prenañ ! Dav deoc'h lenn anezho evel teulioù dave hag a c'hallit krouiñ diwarno diouzh ho mod. Tapit traoù amañ pe ahont... heñchet e vezit ganeomp e-keñver al livioù, an danvezioù, ar gwriadurioù, ar boazioù stag ouzh ho kornad, deoc'h da ijinañ, da empennañ, da geginañ... traoù dibar da vat. Neuze tapit krog er c'harnedoù awen-mañ, grit ganto, diheñchit anezho zoken, enno emañ hor glad bev-buhezek. Evit lakaat an touristerezh da vont en-dro amañ

evel m'eo dleet eo ret dezhañ bezañ heñvel ouzhimp ha lakaat hor perzhioù dibar war wel. Kempenn lec'hioù bevañ, adkavout sekredoù-keginañ ha danvezioù pep kornad, ar bezhin, ar c'hanab, an holen, al lin, ar gwinizh-du, al liamm ouzh ar mor, ar pezh hon eus bet digant ar beizanted hag ar vartoloded... Pa droer ar pajennoù-mañ e weler pegen pinvidik eo Breizh, Hor Breizh a vod ac'hanomp, ur skeuliad bedoù bihan, blazioù ha perzhioù kaer. Ur gaoteriad saourioù hag ijin.

Ur veaj vrav ha kalz a awen a hetomp deoc'h e kalon ene Breizh !

**Anne GALLO, Prezidantez Touristerezh e Breizh**



## ≡ Métr-articl Perzident de la Rejion Bertègn

« **La filomie 'la q'êt pouint un separt meins un pont** »

Le cadernet d'inspirézon qi v'êt perpôzê ilê ét l'avanje d'ene ouvraije enjinée e amarée par la Rejion Bertègn. Ete-la ét en acordance o les valantous, nôs valantous, qi ghident notr fezi : des valantous d'engajement e de sens de la rassemblee, o ene esprit debâre e de l'inventerie tant q'assé. Pour fére l'ouvraije-la fute minz a tarvâiller d'ensembl, en pus du monde de par céz nous, hardi de fezous sortis de tous les terrouèrs de Bertègn –des siens du public, du privé ou ben core des consorterries.

Êt ene ouvraije qi s'orine de l'Aberja Rejiona de Parchomance du Tourism e des Laizis o son pllacement : “Filomie e Pâssaijes”. L'aberja-la a citrape de raféçonner les menieres de concevoir e de parchomer le tourism, qe sti-la seraet pus fôt enchançê den le terrouère, pus fôt a sieudr le sion des ajeûs de l'aviendr. Des ajeûs qi nous cojent a un pâssaije, ene raféçonnerie des modeles... pour qe le tourism seje pus vertuouz e qe, dede li, s'orine des valantous sociales, economiques ou ben core pour pargarder l'entour...

Pâssê les pâssaijes q'i sont tenant bons a mucer den tous les projits, coment qe je pouons-ti enjiner des modeles pus fôt inclluzifs, pus fôt enchançês den le terrouèr, des modeles qi nous menent devers des aviendrs chouézis e pouint endurês ?

Je somes sûrs qe yeune des menieres de repondr sera de ghetter a (re)decouvri la filomie bertone. Ene filomie qi seraet pouint a ergarder derre yelle, devers d'aotr-fai meins a la contrère, qi seraet orinante, come ene concevance alante, fezante, du temp même. Ene filomie q'ara d'aider és siens qi treûront deden lou inspirézon a lever des projits pour l'aviendr e a envalouer le terrouèr dans lou meniere de les sonjer les projits-la, qe 'la seje pour la mouvancetê, l'amenaijement, le grayement, le lojement ou ben core la ressonnerie.

La filomie, 'la q'êt pouint un separt meins un pont. 'la q'êt les raïes q'ont ben croché e qi garantissent contr les bufées de l'estandardizézon. 'la q'êt des eles pour se senti fôt assê pour aler rencontrer l'Aotr e l'Âillou, partout e tenant. Contr un monde bedoûc ; la filomie 'la q'êt periê le terrouèr. La filomie 'la q'êt le bon du terrouèr, de cai qi le sale come du picr. La filomie ét gâre e ses noces o d'aotrs filomies sont ureûzes e de raport ben des fais. Notr istouere n-n'êt la prouve.

Alant souper la plleume qi les ecrit a l'encr des payizaijes, des patrimouenes naturaos e qhulturaos – materia come immateria – de l'architecture e de ben d'aotr cai... les deûz cadernets-la enjinês par la Rejion Bertègn - Aires e Qhézinaijes- ont devocion de mettr le monde en gout. I menent su des chemins qi mettent tout fezou, q'i seje public come privé,

a se qhessioner, a enjiner coment qe les roches de nôs patrimouenes pourent étr rabiénées, a la ghize d'astoure, den nôs grayements, nôs amenaijements, e diq'a den nôs assiettes...

O les cadernets-la, v'etes periês a veni cante nous, d'ensembl, come c'êt menê d'amouéz en Bertègn, a sour fin de valanter nôs especificités. V'etes periês a vous delecher de l'estandardizézon en vous donant ben garde de la folklorizézon. V'etes periês, pus lein qe l'esplique de nôs patrimouenes, a deroncer la filomie de nôs terrouèrs, toutes les filomies qe n-i a par céz nous, qi, chaqhune, portent lou brocheton a la fromiere de la filomie bertone.

**Loïg CHESNAIS – GIRARD, Perzident de la Rejion Bertègn**



## ≡ Métr-articl Perzidente de Tourism Bertègn

**Ene terre ben a son apart**

V'éz qe d'assayer : caozéz don, come 'la vous chet, entour de vous, de la Bertègn. A tout coup, i sera contance d'un terrouèr a son apart, ene terre come i n-n'a pouint d'aotr. I sera etout contance des amouézerries, des coutumes, du sens de la rassemblee meins dame etout des orinézones e des nouviaoizons.

L'apart-la, la filomie-la, qe la merqe Bertègn s'ataïne a mener o si tant de qheur depés 15 anées de temp s'entr-anime o d'aotrs filomies pus locales venties meins ben enchançées yelles etout. “Rencontrer la Bertègn” 'la q'êt rencontrer ene gârerie de terrouèrs, ene terre de mélayaije qe len coure, qe len fôme, qe len liche e reliche, qe len ressent. 10 entours d'aboutées nous sont perpôzês o qhi qe le monde sont en biao de decouvri de nouvelles savours e especificités, de nouvelles architectures, ou ben don des nouvelles gârerries de coulours e de nouviaoizons... La Bertègn, ste teinzou qemun q'êt tout c'qe n-i a meins q'êt pouint jameins tenant parai.

En banissant les Cadernets d'Inspirézon, Aires e Inspirézones de Qhézinaijes, la Rejion Bertègn e Tourism Bertègn ont zû citrape de mener ben menê menant ene bezaigne : rencontrer de cai qe vous veléz, chérs lojous, ôtellouèrs, monde du tourism, meins etout architects e aféçonous... vous-aotrs qi tarvâil-

léz en Bertègn o le dezir d'enchançer su le long du temp vôs projits den lou terrouèr ben enchevillê o l'ADN du payiz, en mettant a jouer les bons mayens de parchomance. J'ons citrape, de même, d'ofri és vizitous e és siens du payiz, un tourism qi n'êt pouint diot, un tourism de valantous e q'a a-revaer o ene qhulture a partaijer ilê.

Puzieurs mæz de temp durant, a runjer en etrârie den des souétons menês diqe den les petits bourgs, j'ons rencontré les richesses de chaqe aboutée. De cai qe je velons : demucer les métr-atouts e les istoueres q'ont de la rézon, renabller de cai qe len treûe deden, de cai q'i bâti chaqe merche, o, den notr idée, qe 'la n'en fêt des vras purs d'inspirézon e d'inventouere. Dede 'la, je pouons perpôzer des ofrs aotentiques. La fameûzetê s'evâille cant q'o s'orine den des valantous qhulturales, dame ! Len ét just cant q'len set qhi q'en ét.

Les reqheuilleries d'inspirézon-la vous menent dret a l'idée-la : soner vra. Deden, v'aléz pouair terouer votr inspirézon, eblucer vôs projits, sans qe n-i araet de la conterdzance aoqhune deden ou ben core evâiller notr siance ! Faot les lére parai come des referençouèrs les reqheuilleries-la, des referençouèrs en même de mettr votr ofr devant les aotrs. Tapéz deden, pigocéz deden, aléz ao pur... Len vous ghimente su les coulours, les materiaos, les tétures, les formes qe n-i a ren qe den votr terrouèr a sour fin qe tout le

cai qe v'aléz enjiner, concevoir, marmiter... seje a son apart, vra a son apart. Aloure, pernez les reqheuilleries d'inspirézon-la, rabiénez-les, raféconéz-les etout a votr mode, ét notr patrimouene e il ét vioche e fré come un cibot.

Pour qe le tourism roulleraet d'ene brave sorte, faot q'il araet de la retirance a nous e amontreraet ben qhi qe j'ons de diferent. Amenaijer des leûs de vie, decouvri de retour les recepes e les valants du payiz, le boui, le chanvr, le sê, le lin, le bllê-nair, le lian o la mè, les aries payizans e marins... A lére les paijes-la, nen s'avize ben comben qe la Bertègn, Notr Bertègn, qi nous rapiete ét ene gârerrie de petits mondes, de gouts e d'avantaijes. Un qhet-tout eyou q'i n-n'a de la metode !

Je vous souétons un bon vayaije e de belles inspirézones ao qheur de l'anme bertone !

**Anne GALLO, Perzidente de Tourism Bertègn**





# Sommaire

*Partir à la re-découverte du patrimoine culinaire breton pour mieux plonger dans l'univers identitaire de chacune des destinations touristiques de notre territoire.*

## INTRODUCTION.s p.10

*Design et territoires p.12*

*Méthodologie p.19*

*Comment lire ce carnet ? p.20*

## DESTINATION.s BRETAGNE p.23

*Couleurs de Bretagne p.24*

*Patrimoine culinaire*

*de Bretagne p.26*

*Produits bretons stars p.28*

*Objets bretons p.29*

**1.** Brest terres océanes p.48

**2.** Côte de Granit Rose  
Baie de Morlaix p.72

**3.** Baie de Saint-Brieuc  
Paimpol - Les Caps p.96

**4.** Cap Fréhel - Saint-Malo - Baie  
du Mont Saint-Michel p.120

**5.** Cœur de Bretagne  
Kalon Breizh p.144

**6.** Destination Brocéliande p.168

**7.** Rennes et les Portes  
de Bretagne p.192

**8.** Quimper Cornouaille p.216

**9.** Bretagne Sud  
Golfe du Morbihan p.240

**10.** Bretagne Loire Océan (*à venir*)

## OUVERTURE.s

*Design d'expériences culinaires* p.264

*La transition alimentaire,*  
*source d'inspiration* p.266

*Contributeurs* p.268

*Bibliographie* p.271



## Introduction

Le développement touristique ne peut se penser au prisme de mailles administratives mais doit, pour sa performance, être centré sur l'utilisateur, ses modèles de consommation et ses bassins de fréquentation.

En ce sens, les Destinations touristiques sont les territoires de projets, maille de référence du développement touristique en Bretagne.

Les Destinations touristiques sont des territoires de projets correspondant aux univers de découverte des visiteurs eux-mêmes. L'identité et les valeurs territoriales y sont utilisées comme des vecteurs de différenciation et d'innovation au service de l'élaboration d'une offre durable.

Destinations  
touristiques  
de Bretagne



# ≡ Design et territoires

Article rédigé pour et publié dans le magazine Espaces, mars 2023, par Lucie Bolzec et Virginie Brégeon.

## Marketing et design au service du tourisme culinaire

L'offre alimentaire et culinaire est un élément de choix des destinations touristiques. En témoignent le boom des expériences culinaires à destination des visiteurs (cours de cuisine, visites de marchés, *food tours*, etc.) mais aussi, de manière très mesurable, la place que ces derniers donnent au critère culinaire dans le choix de leur destination : **«la gastronomie constituerait pour les Français le premier attrait touristique de la France, devant la beauté des paysages»**<sup>1</sup>. Manger fait ainsi partie intégrante du marketing territorial, contribuant à la « mise en désir des territoires », si ce n'est à sa mise en appétit.

Marketing alimentaire et marketing touristique sont donc intimement liés, et tout un secteur est en développement (agritourisme, gastro-tourisme, œnotourisme, tourisme de savoir-faire, etc.).

**«Manger, c'est incorporer un territoire»,** comme le disait le géographe Jean Brunhes faisant référence au principe d'incorporation de Claude Fischler (1990).

Une branche du marketing touristique s'est développée ces dernières années, à la croisée des questions d'identité, de développement territorial et de programmation touristique : le marketing territorial. Il ne s'agit plus de créer des offres hors sol à destination des consommateurs mais de consolider la singularité et l'hospitalité d'un territoire, pour ses habitants comme pour ses visiteurs. Au même moment, le design a acquis ses lettres de noblesse. **«Cette discipline qui associe le fond et la forme, l'esthétique et l'usage au service d'expériences qualitatives, a vu son application objet et industrielle s'enrichir d'une approche expérientielle et systémique»** (Brégeon, 2019). La discipline elle-même est aujourd'hui mobilisée par les politiques publiques dans le cadre de projets collaboratifs, et pour répondre aux enjeux de transition écologique, grâce notamment à l'écoconception. La capacité des designers à innover de manière frugale est ici centrale, dans un contexte où l'industrie touristique représente 8% des émissions mondiales de gaz à effet de serre et qu'une grande partie de ces GES est liée aux transports jusqu'à la destination.

Ainsi, c'est non seulement un enjeu mais une grande responsabilité de **développer un «slow tourisme» autant qu'une «slow food», respectueux des hommes et de leur environnement. Prenons le temps du voyage.**

## La nécessité de l'innovation culinaire pour l'attractivité des territoires

Lionel Prigent, dans un article «Tourisme durable, attractivité touristique et gastronomie : le cas de la Bretagne», souligne ces liens forts. Il questionne aussi la légitimité des territoires et de leurs acteurs à jouer sur les représentations et à «manipuler» l'identité locale pour la valoriser. Car il serait légitime de se demander : pourquoi innover sur le patrimoine culinaire d'une destination ? **Les crêpes, galettes, cidres, et fruits de mer ne sont-ils pas suffisants pour évoquer la singularité culinaire de la région Bretagne ?**

L'expérience touristique est associée à la découverte, au voyage vers des saveurs et mets inconnus. Ainsi, dans le but de fidéliser une clientèle, l'offre doit naturellement évoluer. Certaines recettes sont sanctuarisées (c'est la madeleine de Proust, et ici le *kouign amann* de Douarnenez) pour répondre au besoin de nostalgie et de réassurance des visiteurs, et d'autres sont revisitées afin de susciter l'envie par la nouveauté (pour répondre à leur quête de découverte). Cette ambivalence dans la recherche de sécurité et de nouveauté, néophilie et néophobie cohabitant, se retrouve dans le paradoxe de «l'omnivore» de Claude Fischler. L'objectif n'est donc pas de tout réinventer. Des innovations « hors-sol » ne feraient aucun sens, ni avec le territoire, ni avec celui qui le mange.

**Le défi pour les artisans du bien-manger relève alors d'un subtil dosage entre d'une part surprise, réenchantement et découverte ; et d'autre part, authenticité, lien, et repères au territoire**



Les céréales endémiques, dans les champs et dans l'assiette : glace au sarrasin et caramel au beurre salé ©Nadine Primeau - Unsplash ©Amanda Kuk - Unsplash

<sup>1</sup> Selon un sondage réalisé en juin 2010 par TNS Sofres sur les Français, la France et le tourisme

Lionel Prigent nous met en garde : «Le discours joue désormais bien davantage avec l’imaginaire supposé des touristes potentiels dont il faudrait flatter le désir... et la gourmandise. Une telle transformation serait-elle un mal nécessaire pour capter l’attention ? Les touristes seront-ils attentifs à un manque d’authenticité ?»

Dans ce contexte, la mission du designer est d’opérer une démarche d’innovation sans dénaturer ce qui fait l’essence même du patrimoine culinaire local.

## Valoriser un patrimoine commun : la mise en avant des produits locaux et la préservation des savoir-faire.

Les produits et les usages constituent les fondations sur lesquelles peuvent se construire des innovations, dont le socle garantit un repère rassurant et porteur de sens pour le mangeur.

Que ce soit à travers des labels, des certifications ou des appellations, **la reconnaissance de l’origine locale des produits est un enjeu majeur pour le rayonnement d’une gastronomie régionale.**

En Bretagne, nombreux sont les produits qui valorisent le territoire :

2 appellations d’origine contrôlée (AOC),

6 appellations d’origine protégée (AOP),

11 indications géographiques protégées (IGP),

2 spécialités traditionnelles garanties (STG) et

45 Label Rouge, sans oublier le vif intérêt porté aux

produits estampillés «Produit en Bretagne».

Il s’agit là de rendre identifiable un gisement de ressources et de savoir-faire spécifiques au territoire, qui constituent les repères connus, les ingrédients iconiques de la gastronomie locale. C’est une véritable histoire qui est racontée, celle d’une cuisine de produits frais et issus de la production de proximité.

**La transmission et la démonstration des savoir-faire** associés au patrimoine culinaire interviennent aussi dans la valorisation du territoire. Un tour de main de fabrication, l’utilisation d’un outil spécifique, une gestuelle de dégustation, des rituels saisonniers sont autant de clins d’œil à l’artisanat local ou à l’héritage générationnel. En témoigne le succès des musées d’art populaire, écomusées et fêtes paysannes, comme celui des expériences culinaires, visites de fermes et autres cours de cuisine.



©Rosanna Gadoni - Unsplash  
©Jean Gerber - Unsplash

Territoires  
comestibles  
et voyages  
culinaires,  
une déficienze  
rencontre

## Imaginer et co-crée une offre culinaire durable : 5 stratégies de réenchantement

Plusieurs stratégies peuvent être suivies et combinées pour réenchanter ce socle existant (produits et usages) et lui donner un nouvel élan :

### 1. Contempler et s’inspirer du paysage

La dualité terre/mer et le découpage de la frange littorale, la magie de la forêt de Paimpont à Brocéliande, l’ancrage et la rugosité des mégalithes, l’aspect insaisissable et éphémère de l’écume, la force des marées... Autant d’images qui nourrissent nos représentations du territoire et avec lesquelles le concept culinaire peut créer du lien, à travers une forme, une texture, un choix de couleurs, un mouvement, un motif... Ce qui se passe dans l’assiette dépasse ici la juxtaposition d’ingrédients. Il s’agit d’**une alchimie entre des saveurs, des textures, mais aussi des imaginaires qui peuvent être sollicités par le design.**

Les chefs bretons servent les produits de la mer à même leurs coquilles, le plus beau des artifices. Les terrils du Nord ont ainsi été reconstitués par la très chic pâtisserie de Jean-Claude Jeanson dans le cadre du projet Autour du Louvre Lens. Massimo Bottura, chef italien triplement étoilé, a reconstitué un subtil camouflage en guise de dessert, la famille Bras s’emploie à perpétuer la tradition du gargouillou, ce petit jardin de légumes et aromatiques cueillis au lever du soleil.

### 2. Réinventer des recettes emblématiques, teintées de cuisines d’ailleurs

Les Bretons sont voyageurs. Au gré de leurs pérégrinations, les saveurs sont importées, exportées, croisées, mélangées pour le plus grand bonheur des mangeurs. **Des grandes campagnes corsaires au renouveau du fret à la voile, c’est par la mer que les plus précieuses des marchandises arrivent.**

Les épices, valorisées et savamment racontées par Olivier Roëlinger, le café et le chocolat rapportés par Grain de Sail, le thé récemment cultivé sous nos latitudes, les algues de nos côtes redécouvertes à l’aune de la cuisine japonaise sont autant d’hybridations culinaires bretonnes. Selon la forme donnée, la galette de sarrasin se donne des airs de tacos ou de maki chez Breizh Café, une table d’hôtes nous fait voyager au Pays Basque depuis Pontivy, le *lobster roll* nord-américain (roulé au homard) fleurit dans les villes portuaires, les babas au rhum connaissent une nouvelle jeunesse et dans un mystérieux bar breton, on boit traditionnellement un cocktail au mezcal dans une ambiance euphorisante.

### 3. Adapter les formes et rituels aux nouveaux modes de consommation

Parfois, ce ne sont ni les ingrédients ni les recettes qui évoluent, mais la façon dont on les mange, tout simplement. **C’est l’expérience de consommation co-créée avec le mangeur qui en fait un moment unique qui constituera un souvenir de voyage.**

Plusieurs dynamiques sociétales sont identifiées : la *finger food* adaptée au repas sur le pouce en

itinérance, les «tapassiettes» (contraction de tapas et d’assiette) pour un repas gastronomique convivial inspiré du découpage de certains repas asiatiques, les planches apéro pour des soirées festives prolongées, les grands plats à partager pour retrouver le sens de la fête et de la commensalité. À la Butte, Nicolas Conraux propose une galette complète fine et croustillante comme une gavotte. Servie sur un promontoire, elle croise les codes de la *finger food* (manger main) et de la gastronomie (de haute voltige). Au Crabe Marteau à Brest, on ose manger un crabe sur une feuille de papier journal en l’éclatant d’un coup sec au marteau, affublé d’un bavoir XXL. Chez Mémé Lilia à Plouguerneau, les produits de la mer directement pêchés en famille sont cuits entiers au feu de bois et proposés à la découpe en salle.

### 4. Raconter une histoire de la terre/mer à l’assiette, d’hier à aujourd’hui

La narration de la recette depuis son origine, qu’il s’agisse de son histoire ou de ses ingrédients, est un moyen d’innover par le discours et les représentations. Dès l’intitulé des établissements ou des plats, on joue alors sur la langue bretonne et ses expressions («*ker*», «*mad*», «*ty*», «*breizh*»), sur le nom d’une grand-mère, d’un illustre navigateur ou d’un mythique lieu-dit. Ensuite, c’est la façon dont le cuisinier ou artisan vient expliquer le produit ou le plat, mettant en avant son savoir-faire, parfois même par des artefacts dans l’espace : photographies de producteurs, bibliothèques d’ouvrages et de produits (la cidrothèque de Breizh Café), cuisine ouverte ou derrière une verrière, parfois même visible depuis la rue (les omelettes fouettées de la Mère Poulard).

**Ainsi, les éléments de décor et de table sont de véritables supports de transmission des histoires.**



À Rennes, la crêperie *Bretone* (bretonne en gallo et en italien) logée dans l'ancienne maison du célèbre mosaïste Odorico est un nouveau lieu incontournable de la capitale bretonne. Le *kig ha farz* refait surface à la carte des restaurants branchés ou de quartier comme en bocul. Remettre au goût du jour les fritures de lançons sur les ports (Les Sardines à la plage) ou cuire une madeleine dans une coquille Saint-Jacques comme le faisaient les femmes de marins (La Cabane à Manger) sont autant de moyens d'entrer en contact avec une histoire populaire par les sens.

### 5. Créer une signature atypique, reconnaissable, et partagée

Une signature atypique et reconnaissable, marquée par des partis pris assumés et partagée par les acteurs d'un même territoire, permet d'associer fortement une identité culinaire à celle d'un lieu. C'est une réelle image de marque, avec des codes communs, inspirés d'un ADN, en l'occurrence celui du territoire. Cet ADN pourra s'exprimer différemment selon l'effet et la tonalité souhaités. Cette tonalité, c'est la personnalité du porteur de l'offre. C'est ce qui résonne chez lui et qui résonnera par extension chez ses clients. **Pour créer un lien fort, cet ADN doit relayer les valeurs des hommes qui habitent le territoire.** Ces valeurs se retrouvent dans l'ingrédient cultivé, cuisiné puis dégusté car, comme le disait Claude Lévi-Strauss : **«Il ne suffit pas qu'un aliment soit bon à manger, encore faut-il qu'il soit bon à penser.»**

Le Voyage à Nantes a su s'inspirer des codes culinaires locaux pour développer une offre de restauration et de produits dérivés cohérente (esprit portuaire, industriel, créatif). Le projet ALL - Autour du Louvre Lens a joué sur les codes du noir issu des mines de charbon, pour en teinter les événements

culinaires et spécialités locales. Nom de code : Upper Noir (on ne peut pas faire plus assumé !). Quel ADN breton sera identifié, valorisé, revendiqué pour créer un parcours culinaire sur le territoire ?

Si nous restons dans un registre chromatique, **la fameuse couleur «glaz», entre terre et mer, sera certainement évoquée, et réinventée.**

*L'identitaire se nourrit du territoire, de ses richesses, et en retour, le territoire trouve sa légitimation en tout ou en partie dans et par cette revendication identitaire.*

- Sandrine Sintas, sociolinguiste, 2012



©Edward Howells - Unsplash / ©Chuck Holoway - Unsplash

*Une harmonie  
des sens et du sens*

## **La création d'expériences culinaires holistiques, à 360°, au-delà de l'assiette, est essentielle pour faire d'un banal repas répondant à un besoin fonctionnel un instant particulier et un souvenir mémorable.**

C'est ce que propose Éric Guérin, véritable ambassadeur du territoire de la Brière, à la Mare aux Oiseaux, en valorisant à sa carte des ingrédients ultralocaux dont il raconte toujours l'origine, en confiant à chaque convive un couteau en morta - un bois pétrifié issu du marais local, qu'on ne retrouve nulle part ailleurs - en plongeant ses clients dans un espace où plumes et oiseaux se déclinent de mille et une manières, alors que de réels spécimens se baladent dans le jardin et que ses « piafs », membres de sa brigade, s'affairent en cuisine.

C'est cette harmonie des sens et du sens que nous cherchons à déployer en tant que designers pour accompagner l'alimentation et la cuisine bretonne de demain. Et c'est avec cette vision partagée que nous tentons de remplir notre mission auprès de la Région Bretagne : co-crédier un carnet d'inspirations de la cuisine bretonne, se basant sur l'ADN territorial de 10 destinations touristiques.



# Méthodologie

*Exploration  
et co-création  
sur le  
territoire  
breton*

## **Contexte et commanditaires**

Sous couvert du Schéma Régional de Développement du Tourisme et des Loisirs et de son positionnement «Identité & Transitions», la Région Bretagne entend inscrire le tourisme comme levier de développement et de performance socio-économique pour ses territoires, en tenant compte du nécessaire équilibre entre croissance, environnement et solidarité. Dans cet objectif, les équipes de la Région Bretagne ont initié en 2022 une série d'ateliers visant à identifier des marqueurs d'identité des territoires sur lesquels s'appuyer pour développer une offre touristique porteuse de sens.

## **Méthodologie des ateliers collaboratifs**

9 ateliers collaboratifs ont lieu en juin et juillet 2022, chacun des ateliers mobilisant 30 à 40 représentants du territoire (producteurs, artisans, cuisiniers, enseignants, chercheurs, designers, créatifs, chefs d'entreprise, développeurs territoriaux, professionnels du tourisme, etc.).

Le matin, les participants sont invités à venir avec 1 à 5 objets représentatifs de leur lien au territoire. Les objets sont présentés au collectif, supports d'histoires, de ressentis, d'émotions. Ils sont ensuite disposés sur une fresque collective et répartis selon les catégories suivantes.

Catégorisation des objets constituant la fresque :

- Le territoire qui se ressent ;
- Le territoire qui s'habite ;
- Le territoire qui se regarde ;
- Le territoire connecté ;
- Le territoire qui se mange ;
- Le territoire qui se raconte ;
- Le territoire qui (se) crée, qui (se) fabrique.

L'après-midi, les participants sont accompagnés dans une phase d'idéation. Des cartes (usages, sens, territoire, culinaire) sont distribuées, indiquant des stimuli à mixer en s'inspirant de la fresque initiale pour remplir une fiche idée créative. Ces fiches sont ensuite partagées et discutées.

## **Idéation**

L'équipe de designers récolte le fruit de ces ateliers de co-création, continue son exploration des territoires, formalise des hypothèses, dessine des croquis, fait des essais culinaires et réalise des planches d'inspiration qui mettront en musique les contributions de chacun. Formalisation : des carnets d'inspiration culinaire seront diffusés et mis à disposition des professionnels de l'alimentation et du tourisme en Bretagne.

**Chacun pourra se saisir de ces carnet pour s'approprier ce nouveau récit collectif pour une alimentation et une cuisine durables, ancrées dans leur territoire.**



# Comment lire ce carnet ?

Ce carnet n'a pas vocation à être exhaustif ou représentatif de la totalité du territoire et de ses habitants. C'est un recueil d'inspirations (terme que nous avons retenu, car c'est à vous d'en faire de futures tendances).

## 1. Vagabonder

Ce carnet est dense, riche de références, de pistes à explorer, de produits à valoriser, de traditions à revisiter. Notre premier conseil est de vous laisser emporter par les évocations, en vous arrêtant sur les planches qui éveillent en vous l'envie d'aller plus loin. **Cornez les pages**, mettez un post-it sur vos «coups de cœur», laissez-le de côté quelques jours, et recommencez.

## 2 Explorer

Prenez le temps de lire le descriptif des clés associées à votre destination, vous comprendrez d'où viennent ces inspirations et imaginerez probablement de nouvelles pistes inexplorées. Une image vous plait ? **Consultez la légende et la liste de contributeurs**, découvrez leurs travaux sur Internet, dans leur atelier ou à leur table. Une planche vous inspire ? **Grâce au QR code, découvrez d'autres inspirations** sur le compte Pinterest dédié et explorez les possibles.

## 3. Tracer sa route

Les visuels et planches tendances sont là pour vous inspirer, vous donner envie de créer à votre tour, et que chacun développe des recettes, lieux et concepts culinaires singuliers.

En fin de section, un **exercice de créativité vous est proposé.**

**Mixez trois mots-clés** (produits locaux, usages culinaires et inspirations du territoire) pour remplir votre fiche idée culinaire ; et passez à l'action !



# Notes et croquis

Series of horizontal dashed lines for taking notes and sketches.



Couleurs  
de Bretagne  
*p.18*

Le patrimoine  
et les cultures  
culinaires  
*p.20*

Produits, objets  
arts de la table  
bretons communs  
*p.22*



# DESTINATION.S BRETAGNE

# Couleurs de Bretagne

Les couleurs de la Bretagne, que l'on retrouve dans le Portrait Identitaire de la Bretagne, sont issues, pour ce carnet, des ADN des territoires\*.

\* plus de couleurs de la Bretagne dans le code de la marque Bretagne : [www.marque.bretagne.bzh](http://www.marque.bretagne.bzh)

## Glaz, n.m.

Couleur proche du bleu canard en langue française. Nuance comportant du bleu, du vert et du gris, utilisée pour définir à l'origine les différentes teintes que peut prendre la mer en Bretagne. Une couleur aux subtiles nuances, entre terre et mer, un vert de gris iodé et changeant, à la fois sensible et universel.



## Saisons

Les saisons apportent leur lot de couleurs et de nuances aux paysages bretons, toujours dans un vert de gris poétique, rappelant une certaine douceur de vivre, parfois mélancolique. Ces couleurs viennent ponctuer le noir et blanc identitaire et compléter la palette de *glaz* omniprésente.

le noir et blanc du Gwenn ha Du

# Patrimoine culinaire de Bretagne

La cuisine bretonne  
est à la fois une fierté  
pour les habitants  
de la région et  
une motivation  
pour les touristes  
qui choisissent de  
découvrir le territoire

## Grande & petite cuisine bretonne d'aujourd'hui

Les grands noms de la cuisine de notre époque contribuent à son rayonnement et à son attractivité. Les entrepreneurs culinaires font la une des journaux et rythment l'actualité gourmande : La famille Roëllinger et les Maisons de Bricourt, Bertrand Larcher et le groupe Breizh Café depuis la destination Cap Fréhel - Saint-Malo - Baie du Mont-Saint-Michel.

Les chefs étoilés jouent leur rôle en revisitant la cuisine traditionnelle. Ils sont deux à arborer la double distinction du *guide Michelin* : Olivier Bellin à l'Auberge des Glazicks (Plomodiern) et Hugo et Olivier Roëllinger au Coquillage (Cancale). Tous deux revendiquent une cuisine de produits du terroir, celle de Plomodiern étant plus ancrée dans une tradition paysanne, celle de Cancale plus ouverte sur un paysage marin contemporain. Les restaurants une étoile sont plus nombreux (33\*), relativement bien répartis sur le territoire, hormis sur la pointe Finistère, où l'on valorise une cuisine populaire tout aussi délicieuse. Les adresses recommandées par le jeune guide *le Fooding\**, revendiquant une approche plus rock and roll de la cuisine, ne sont pas en reste : cabanes et paillotes de plage, bistrot de terroir, auberges intimistes... Parmi ces adresses, des tables récemment mises à l'honneur : Comète (Saint-Lunaire), *Fooding* d'amour 2021 ; Bistrot Bao (Groix), meilleure table 2021 ; Ima (Rennes), meilleur sophistroquet 2018 ; Breizh Café Comptoir et la table, *Fooding* d'honneur 2011.

À la carte de ces adresses plus ou moins confidentielles : **fumaison, coquillages farcis, herbes aromatiques oubliées, artichaut star, tartare d'algues, lait Ribot, sarrasin torréfié, choux brûlés, bouillons et fumets...**

## Cuisines bourgeoise et paysanne

Certains restaurants sont attachés à une **cuisine bourgeoise des bords de mer** (bar, saint-pierre, lotte, homard, langoustines, huîtres au menu) ; d'autres la croisent avec des **cultures d'ailleurs** (de retour d'un voyage au Japon, dans les pays d'Europe du Nord ou en Amérique latine), osent **les algues et les épices** ; d'autres encore sont de véritables cuisiniers jardiniers, cultivant les **espèces endémiques** et développant l'art de la **fermentation**, proposant alors une cuisine gastronomique bretonne plus végétale. La plupart attachent une grande importance à la qualité **du pain (au levain) et du beurre (de baratte)**, qui parfois sont au cœur d'un cérémonial initiatique très apprécié (inspiré des beurres parfumés de monsieur Bordier ou du Vieux-Bourg). Les boissons ne sont pas en reste. On identifie un renouveau de la carte des **cidres et poirés**, une valorisation des **vins naturels du pays de la Loire**, des alcools et eaux de vie locaux, des **infusions** de plantes aux mille vertus...

## Artistes & artisan·ne·s du goût

Des artisans et marques alimentaires font rayonner une certaine idée de la cuisine bretonne dans les épiceries et rayons de grandes surfaces aux quatre coins du globe (conserves de poisson, crêpes dentelles, biscuits au beurre, cidre, caramel au beurre salé). Des maisons d'édition racontent cette cuisine grâce à des auteurs et photographes stars (Franck Hamel, Pierrick Jégu, Catherine Roig, Nathalie Beauvais, Domitille et Michel Langot, Thierry Breton...).

Première région agricole et maritime de France, la Bretagne développe aujourd'hui une belle offre de produits sous signe de qualité, dans un terroir à la fois terre et mer.

Sont identifiées :

- 2 spécialités traditionnelles garanties (moules de bouchot, lait de foin),
- 2 appellations d'origine contrôlée (pommeau de Bretagne, eau de vie de cidre de Bretagne),
- 6 appellations d'origine protégée (l'oignon de Roscoff, le coco de Paimpol, l'agneau de prés-salés et les moules de bouchot de la baie du Mont-Saint-Michel, le cidre de Cornouaille, le bœuf Maine-Anjou),
- 11 IGP - indications géographiques protégées
- 11 races locales.

## Valoriser la tradition paysanne

Derrière la valorisation d'une cuisine traditionnelle se dessine une identité culinaire contemporaine, qui se revisite, qui croise les inspirations du monde, qui valorise des produits diversifiés et de qualité... et qui parfois en a oublié ses racines paysannes ! Pourtant, la cuisine bretonne d'hier et d'aujourd'hui est avant tout une cuisine populaire, paysanne ou parfois bourgeoise, comme toutes les cuisines régionales. Aujourd'hui, rares sont les occasions préservées de faire vivre notre héritage culinaire d'autrefois : les grandes fêtes paysannes saisonnières (solstices, moissons), les ramaougeries (fête du pommé), les grands banquets associés aux rituels catholiques (pardons de la mer). Une simplicité, rarement volontaire, souvent subie mais toujours singulière, de nos campagnes qui apporte une diversité de soupes et potées, de recettes de pâtes de sarrasin

et de pains perdus, de cidres, poirés et liqueurs... Chacune de ces traditions est une mine d'or en terme de créativité, à explorer !

## Des trésors de créativité à re-découvrir

Avant toute chose, nous nous sommes donc plongés dans les ouvrages des grands noms de la cuisine d'hier (Paul Féval, Simone Morand), nous avons exploré les potentiels des produits du territoire (cidre, châtaigne, artichaut, chou-fleur, godaille), décortiqué les recettes et traditions parfois un peu oubliées (*frigousse*, *kig ha farz*, pommé). À ces merveilleux produits et fabuleuses recettes sont associés des objets que l'on retrouve aussi bien dans les placards des jeunes esthètes, dans les greniers de nos grand-parents que chez les antiquaires les mieux informés : bolées en grès et pots à cidre, cuillères en bois de buis, mées et autre bancs coffres, faïencerie de Quimper, linge de maison en lin breton...

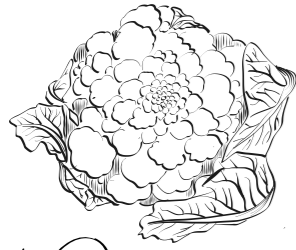
**Nous vous invitons à faire de même ! Dans une démarche de création consciente des enjeux culturels et environnementaux de notre temps, nous vous invitons à préserver les singularités. Nous vous invitons à travailler à partir de l'existant, qu'il s'agisse de la matière première culinaire ou des lieux dans lesquels elle sera dégustée ; à accepter l'imperfection et à en faire une opportunité de création, pour raconter votre histoire.**

\* En 2022, dans l'ordre de consultation du guide : Le Pourquoi Pas, Dinard ; Le Saint-Placide, Saint-Malo ; la Table Breizh Café, Cancale ; La Veille Tour, Plérin ; Aux Pesked, Saint-Brieuc ; La Table d'Aster, Binic ; le Saison, Saint-Grégoire ; Racine, Rennes ; Ima, Rennes ; Holen, Rennes ; l'Auberge du Pont d'Acigné, Noyal-Sur-Vilaine ; l'Auberge Grand Maison, Mûr de Bretagne ; Maison Tiegzh, Guer ; l'Anthocyane, Lannion ; le manoir de Lan-Kerellec, Trébeurden ; le Pressoir, Saint-Avé ; la Gourmandière, Vannes ; la Tête en l'air, Vannes ; le Gavrinis, Baden ; l'Hôtel de Carantec, Carantec ; Sources, Lorient ; le Brittany, Roscoff ; Côté Cuisine, Carnac ; la Pomme d'Api, Saint-Pol-de-Léon ; Avel Vor, Port-Louis ; le Petit Hôtel du Grand Large, Saint-Pierre-Quiberon ; le moulin de Rosmadec, Pont-Aven ; la table de la Butte, Plouider ; Allium, Quimper ; Les Trois Rochers, Combrit ; l'Embrun, Brest ; la Dune du château de Sable, Porspoder ; l'hostellerie de la pointe Saint-Mathieu, Plougonvelin.



Collection personnelle ©Virginie Brégeon

Hûtre de Cancale, pop corn de sarrasin grillé, curry japonais de Ryoko Sekiguchi pour Epices Roëllinger ©Virginie Brégeon



Produits bretons

La Bretagne regorge de produits stars : chou-fleur, artichaut, pomme, beurre, poissons, coquillages et crustacés...

Avant de présenter nos planches d'inspiration créatives, nous souhaitons commencer par mettre en valeur la diversité des usages culinaires associés à ces produits afin de faire émerger de nouvelles recettes avec les mêmes produits endémiques.

Il est toujours bon de le rappeler : cuisiner des produits locaux et de saison est une nécessité tant pour le goût, la santé, que pour la préservation de notre environnement. Certains « produits d'ailleurs » sont aujourd'hui cultivés en Bretagne (poivre, thé, vin, gingembre, patate douce) ou acheminés doucement en voilier (café, chocolat), profitons-en !

### Chou-fleur

Avec près de 200 000 tonnes produites chaque année en Bretagne, c'est la star des cultures maraîchères. Cuisiné à la vapeur, en gratin ou en potage crémeux, on le retrouve sur les marchés de toutes les destinations pendant 6 mois de l'année.

### Artichaut, fenouil et oignon

Originaires du bassin méditerranéen, le fenouil et l'artichaut sont introduits pour la première fois en France sur la table de la reine Catherine de Médicis. Ce n'est qu'en 1810 qu'un agronome de la région parisienne développe le Camus de Bretagne. Ici, on le mange entier et froid, en vinaigrette. Le fenouil, lui, s'associe parfaitement aux poissons des côtes bretonnes. Quant à l'oignon, notamment l'oignon rose de Roscoff, sa culture se développe en Bretagne car il permettait de prémunir contre le scorbut, du fait de sa richesse en vitamine C, ce qui en faisait un aliment prisé des marins.

### Algues de nos côtes

### Godaille

Les poissons de troisième catégorie constituent la godaille. On y trouve les variétés qui n'ont pas de valeur sur le marché, ou si peu. D'abord destinée à l'équipage et au peuple, la godaille constitue un trésor culinaire pour celui qui fait preuve de créativité.

### Coquillages et crustacés

Loin des classiques plateaux de fruits de mer des brasseries chics (qui ont leur charme), coquillages et crustacés sont cuisinés farcis, grillés, fumés, en bouillon... et font le bonheur des pêcheurs de grandes marées.

### Beurre.s salé.s

### Caramel et sarrasin

Beurre salé et sucre font un doux mélange. Le caramel au beurre salé est un marqueur de notre cuisine bretonne. Associé au sarrasin, il revisite la pâtisserie traditionnelle.

### Pommes et poires

À l'origine, en Bretagne, les pommiers et poiriers sont plantés en plein champ ou cultivés dans les haies, en harmonie avec le paysage de bocage. La cueillette est familiale, ainsi que la production de cidre, de poiré, de pommeau, de pommé... qui marque la cuisine bretonne de ses saveurs.



PLUS D'IMAGES SUR PINTEREST



Objets bretons

Les placards des vieilles maisons bretonnes feraient pâlir d'envie les brocanteurs les plus branchés : assiettes, pots et bolées en grès, pichets en étain, pots à confiture en verre épais, auges et assiettes à bouillie, paniers de pêche en métal ou en rotin...

Autant d'objets d'art populaire qui seront du plus bel effet sur les tables d'aujourd'hui.

Moins connus mais d'autant plus singuliers, d'autres objets sont des trésors d'inspiration : cuillères gravées en buis et parailhers (porte-cuillères suspendus), marques à beurre en bois (en bol, rouleau ou tampon), coupe de mariage en argent, faïence de Quimper (Henriot, HB)...

Certaines manufactures et savoir-faire existent toujours et font l'objet de rééditions ou de collections contemporaines. D'autres objets demandent patience, art de la chine ou design inspiré, avant de pouvoir leur offrir une nouvelle vie.

### Lin et chanvre

À partir du Néolithique, l'Homme a découvert les propriétés textiles du lin et du chanvre, appris à les cultiver et à les transformer. Du XVI<sup>e</sup> au XVIII<sup>e</sup> siècle, le lin et le chanvre sont cultivés en Bretagne pour leurs fibres utilisées principalement dans la fabrication de toiles, et de voiles de bateaux. Les toiles sont exportées vers l'Angleterre et l'Espagne par les ports de Saint-Malo, Morlaix, Landerneau...

### Céramique et faïence

La faïence de Quimper est produite depuis 1708 dans le quartier faïencier historique de Locmaria, près du centre-ville de Quimper. La faïencerie connaît un important développement aux XVIII<sup>e</sup> et XIX<sup>e</sup> siècles. Au XX<sup>e</sup> siècle, le style Quimper a conquis la Bretagne. Le fameux bol à oreilles est aujourd'hui un classique des cuisines familiales comme des magasins de souvenirs.



PLUS D'IMAGES SUR PINTEREST

## Chou-fleur rôti, brûlé, pimenté

Le chou-fleur est revenu sur le devant de la scène avec le succès de la cuisine orientale. Rôti entier, à partager ou à dévorer, servi avec des pistaches, de la grenade, pois chiche et autres ingrédients venus d'ailleurs, ou avec des noisettes, une crème de courge butternut, un pesto de fanes de radis pour une recette plus locale. On le trouve aussi rôti en tranches, pour un aspect plus graphique, arrosé au beurre dans une casserole ou comme une viande, grillé au four. En pickles, il est associé au fenouil et aux oignons rouges pour une saveur vive. En beignets, relevé d'oignons nouveaux et de curry, il réveille l'appétit. Ses sommités finement tranchées contrastent avec le noir d'une assiette...

Un chou-fleur traité en clair-obscur.

Légende par colonne de haut en bas :

1. ©Kristof Korody - Unsplash
2. ©Didi Miam - Unsplash
3. ©Alesia Kozik - Perels
4. ©Monika Grabkowska - Unsplash
5. ©VD-photography - Unsplash
6. ©Alexandra Tran - Unsplash
7. ©Edgar Castrejon - Unsplash
8. ©Karolina Kolodziejczak - Unsplash
9. ©Virginia Long - Unsplash
10. ©Dentelle de chou-fleur, workshop photographie avec Franck Hamel à l'Institut Supérieur de Design de Saint-Malo ©Clotilde Martin, Territoires Comestibles



## Chou-fleur crème, semoule, écume

Le chou-fleur est un grand classique de la cuisine bretonne, et de l'agriculture régionale. Près de 200 000 tonnes sont produites chaque année. Les tiges vertes rythment ainsi le paysage. Le chou-fleur connaît sa pleine saison de novembre à avril et marque les repas d'hiver. Pauvre en calories, riche en acide folique (vitamine B9) et en vitamine C, il est plébiscité par les nutritionnistes : cuit à la vapeur, il peut être mangé avec des baguettes et trempé dans de la sauce soja ; mixé à cru, il devient une semoule légère que l'on peut manger crue, ou cuite en risotto. Le blanc peut encore être sublimé dans une écume (ici, les feuilles de chou-fleur sont blanchies et saisies à la poêle avec du lard avant d'être recouvertes d'une écume de chou-fleur). Plus gourmande et toute aussi blanche, la crème Dubarry, un grand classique, ravit les petits et les grands !

Légende par colonne de haut en bas :

1. Rebootanika by foodism - Unsplash
2. Daniela Chavez - Unsplash
3. Annie Spratt - Unsplash
4. Andrea Piacquado - Perels
5. Amber Faust - Perels
6. Marta Dzedzysko - Unsplash
7. Jennifer Schmidt - Unsplash
8. Kristof Korody - Unsplash
9. Max Griss - Unsplash
10. Franck Holleman - Unsplash





## Artichaut, fenouil, oignon des champs à l'assiette

Feuilles intriquées, entrelacées, superposées et comestibles. Rapportés au début du XIX<sup>e</sup> siècle des territoires méditerranéens, le fenouil et l'artichaut prennent racine en Bretagne. L'oignon, lui aussi, nourrit les Bretons depuis le XVII<sup>e</sup> siècle, rapporté de Lisbonne à Roscoff par un moine capucin.

Aujourd'hui, ce sont des marqueurs de la cuisine bretonne. Que l'on peut détourner, en les dégustant grillés, en consommant leurs fleurs ou en en faisant des éléments décoratifs, en transformant leur saveur détonnante en douceur crémeuse, en beignets ou en pickles...

Légende par colonne de haut en bas :

1. ©Ralph Ravi Kayden - Unsplash
2. Ombelle de fenouil ©Ester Erbol - Pexels
3. ©Silvia Trigo - Unsplash
4. Artichaut rôtis et caramélisés à l'orange ©Pexels
5. ©Kim Daniels - Unsplash
6. ©Christiann Koepke - Unsplash
7. ©Edward Howell - Unsplash
8. ©Esperanza Donila - Unsplash
9. ©Julia Kicova - Unsplash
10. Barbotine figurant des artichauts dans un champ, collection personnelle ©Virginie Brégeon



## Algues de nos côtes

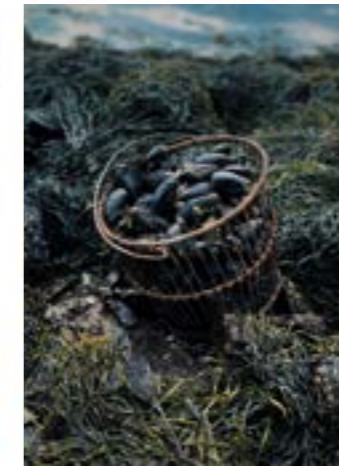
Les algues de Bretagne sont toutes comestibles, et pourtant la cuisine des algues est encore peu répandue.

Les inspirations se font donc asiatiques, et plus précisément japonaises (ramens et bouillons, salades et tartares d'algues, onigiris et makis), pour s'intégrer à une cuisine locale (autour d'un filet de poisson dans un fumet, en *street food* comme un *arancini*, en crackers à l'apéro...).

Les cueilleurs d'algues développent de nouvelles activités : cueillette, ateliers de cuisine, bocal et recettes savoureuses.

Légende par colonne de haut en bas :

1. ©Alison Marras - Unsplash
2. ©Dids - Pexels
3. ©Dilara Yilmaz - Unsplash
4. ©Suheda Baser - Unsplash
5. ©Shapelined - Unsplash
6. ©Frank Zhang - Unsplash
7. ©Max Griss - Unsplash
8. ©Restaurant Sources, Lorient
9. ©Ella Olson - Pexels
10. ©Rachel Claire - Pexels
11. ©Youn Brigaudeau, workshop design culinaire animé par Virginie Brégeon au lycée hôtelier de Dinard



## Coquillages et crustacés

### le chic décomplexé

Appréciée devant les parcs à huîtres, plus nature que nature, et offerte à la mer aussitôt dégustée, l'huître est la vedette des fruits de mer bretons. Elle se consomme parfois chaude, agrémentée de sarrasin et d'algues. La Saint-Jacques, elle, est proposée rôtie dans sa coquille, ou à l'inverse en carpaccio relevé d'herbes fraîches et d'oignon rouge. Le homard, souvent cuit à l'eau et servi en médaillon, est ici grillé au feu de bois et flambé au whisky breton. Les coques et palourdes sont proposées avec des fleurs de coriandre ou de la salicorne. Tous ces produits peuvent être roulés en (futo)makis, présentés en bouchées terre-mer à même les galets et coquilles de coquillages constituant leur environnement naturel. Pour finir, les carapaces des crustacés sont de parfaits contenants pour des salades, soupes et tartinables iodés.

Légende par colonne de haut en bas :

1. ©Stéphane Cévoz
2. ©Louis Hansel - Unsplash
3. ©Rachel Claire - Pezels
4. Homard au barbecue chez Mémé Lilia à Plouguerneau ©Élodie Villalon
5. Futo Maki de homard chez Otonali, Breizh Café, Saint-Malo ©Virginie Brégeon
6. Palourdes, fleurs de coriandre fraîches et curry breton à la Cabane à Manger, Dinard ©Virginie Brégeon



7. Mise en bouche, restaurant le Bélouga à l'Agapa, Perros Guirec ©Jean-Alexandre Ouarrata
8. ©Edward Howell - Unsplash
9. Décor de coquilles de moules, bouillon ©Virginie Brégeon



Salade de concombres, crevettes grises, tartare d'algues à l'huile de sésame, basilic verveine et graines de sarrasin torréfiées ©Virginie Brégeon / Roundoudou à la menthe forte, comme un shot d'iode ©Carole Guillemain - Eat my table

## Godaille poissons pirates et durables

Les poissons nobles sont très attendus sur les grandes tables. La godaille, un peu oubliée, souvent décriée, a longtemps été reléguée aux soupes et, au mieux, à la cotriade bretonne.

Les poissons gras ont tout pour être des vedettes du barbecue. Les encornets, margates et autres poulpes qui se plaisent sur nos côtes sont appréciés grillés ou préparés à l'encre de seiche. Les acras des antilles inspirent les marins des côtes bretonnes, revisités en gaufre sur la plage ou réalisés avec de la farine de sarrasin.

Une cuisine de la petite pêche, durable, car anti-gaspi, portant sur des espèces disponibles en quantité, et décomplexée, car sortant des codes du plateau de fruits de mer traditionnel.

Légende par colonne de haut en bas :

1. ©Eliio Sonas Aceron - Unsplash
2. ©Clint Bustrillos - Unsplash
3. ©Poulpe - Unsplash
4. ©Edward Howell - Unsplash
5. ©Philippe Emanuelli, Restaurant Ar Men Du, Névez
6. ©Alvaro Calvo - Unsplash
7. Gaufre de sarrasin à la morue, comme un acra, la Cabane à Manger pour la Route du Rhum ©Virginie Brégeon



Cérémonie du beurre ©Anne-Claire Héraud pour Nicolas Conraux - La Butte (Plouider) / Beurres maniés et aromatisés dans des coquilles de moules, critaux de sel, épices, et algues ©Carole Guillemain



## Beurre.s salés et plus si affinités

Le beurre salé est emblématique de la Bretagne et des Bretons «purs beurre» (sic.). Il contribue à la richesse de la région, alors que la Bretagne est exempte de gabelle (la taxe sur le sel). Ce beurre salé (>3% de sel), ou 1/2 sel, se retrouve dans la cuisine comme dans la pâtisserie (caramel beurre salé) et casse parfois les codes avec des beurres maniés, parfumés (aux épices, aux algues, aux herbes aromatiques, au chocolat - un *stracciatella* breton -, aux fraises de Plougastel ou au lard fumé). Le beurre n'est alors plus seulement un produit à tartiner mais un produit de dégustation à part entière ! Et si l'on en faisait tout un rituel ?

Légende par colonne de haut en bas :

1. Beurrier en grès ©Sérax
2. Beurre à la betterave et gomasio breton, chips de sarrasin ©LeCoq-Gadby traiteur et la Cabane à Manger
3. Chariot de beurre en guise de mise en bouche ©Anne-Claire Héraud pour Nicolas Conraux - La Butte (Plouider)
4. Comme un beurre manié Sincerely Media - Unsplash
5. Moule à beurre, collection personnelle
6. Volailles et filets de poissons arrosés au beurre ©Paolo Bioto -Perels
7. Tartines de beurre revisitées Jay Gayjar -Unsplash
8. Pain rustique et beurre de baratte ©Angele Kamp -Unsplash
9. Couteaux à beurre, collection personnelle
10. Bigouden, Nolswenn ©éditions Lib
11. En bois ©Woodmata
12. En barbotine fraise ©chiné
13. De nouvelles spécialités végétales inspirées du beurre de cacahuète salé ? ©Roman Odinstov -Perels



## Caramel et sarrasin

### Sucre, beurre salé, biscuits et lichouseries revisités

Beurre salé et sucre font un doux mélange. Le caramel au beurre salé est un marqueur de notre cuisine bretonne. Associé au sarrasin, il revisite la pâtisserie traditionnelle.

Que le contenant soit naturel (des coquilles ramassées sur la plage), que la farine de sarrasin ajoute une saveur dense et authentique (les crêpes, le *kouign amann*), que le caramel soit généreux (les roulés), très chic (les chocolats contemporains) ou très gourmand (les pop corn), les combinaisons sont multiples et infinies.

Légende par colonne de haut en bas :

1. Madeleines dans une coquille Saint-Jacques ©Virginie Brégeon
2. Roulés caramel cannelle ©Kate Mischkankova -Unsplash
3. Kouign amann au sarrasin ©Ptit Chour, Saint-Enogat Virginie Brégeon
4. Gâteau de crêpes au chocolat ©Jayden Sim -Unsplash
5. Caramels et chocolats ©Ilina Roman -Unsplash
6. Roudoudous de caramel dans des coquillages pêchés à pied à Bréhat ©Marion Lavorel et Virginie Brégeon
7. ©Toa Hefitba - Unsplash
8. ©Montsera -Perels
9. ©Anna Pishnuik -Perels





Poireaux, bouillon, pomme cueillie sur l'arbre au Coquillage, Maisons de Bricourt, Hugo Roellinger  
©Virginie Brégeon / Pomme d'amour ©Studio Mixture



DESTINATION . S BRETAGNE

## Pommes et poires

### les fruits de l'arbre pressés, cuisinés, racontés

À l'origine en Bretagne, les pommiers et poiriers sont plantés en plein champ ou cultivés dans les haies, en harmonie avec le paysage de bocage. La cueillette est familiale, ainsi que la production de cidre, de poiré, de pommeau, de pommé... et marque la cuisine bretonne de ses saveurs.

Pommes au four aux airelles ou aux fruits secs, poires et figues au sirop rôties au four, whisky infusé aux pommes et romarin, cidre à l'esprit contemporain, et rendez-vous saisonniers autour de la pomme. Que ce soit une compote partagée et populaire dans un esprit «disco soup», ou une veillée chantée et contée en gallo autour du feu pour faire du pommé, la pomme et la poire sont à l'origine de traditions et de moments de partage conviviaux.

Légende par colonne de haut en bas :

1. ©Elena Leya - Unsplash
2. ©Hopla Studio, Magali Wehrung et Agathe Bouvachon
3. Chaudron de cuire pour la cuisson du pommé ©Selency
4. ©Monika Grabkowska - Unsplash
5. ©Monika Grabkowska - Unsplash
6. ©Monika Grabkowska - Unsplash
7. ©Jennifer Schmidt
8. ©Ana Frantz





Cuisine historique de la ferme manoir de Jacques Cartier à Rothéneuf, Saint-Malo. À noter : le chandelier pour suspendre les cuillères en bois, la mée pour conserver les aliments à l'abri des rongeurs, les crocs pour suspendre les fumaisons... ©Virginie Brégeon / Planches en bois et céramique vintage ©Oriane Badoual

## DESTINATION . S BRETAGNE

### Céramique, faïence, grès,

#### le grain et la matière

La céramique, la faïence et le grès sont des éléments identitaires de la Bretagne. Le bol breton à oreilles se retrouve dans toutes les boutiques de souvenirs. Les assiettes en grès sont la signature des crêperies traditionnelles, et les assiettes fleuries de Quimper celle des maisons bretonnes. Ces matières, après avoir été reléguées au placard, connaissent un vrai regain d'intérêt, et, espérons-le, resteront sur nos tables. Un plat unique, une cuisine d'auteur appellent aujourd'hui à un contenant artisanal de même qualité. Qu'il vise la sobriété absolue ou s'amuse à revisiter des codes un brin désuets. Parfois même, la matière habille les murs (zéliges, mosaïque) à la manière des écailles de poisson ou des trésors d'enfance récoltés sur la plage.

Légende par colonne de haut en bas :

1. ©Priscilla du Preez
2. ©Lex Sirikiat - Unsplash
3. ©Tom Crew - Unsplash
4. ©Frederic Dupont - Unsplash
5. ©Suzanne Boureau - Unsplash
6. ©Meghna - Unsplash
7. ©Lynsey Shneider - Unsplash
8. ©Annie Sprat - Unsplash
9. ©Andrew Ridney - Unsplash
10. ©Peyman Farmani - Unsplash

Assiettes en ligne en bas :

1. Bol à oreilles Quimper
2. Le pêcheur de maquereau, faïencerie ©Henriot
3. Assiette dinette, motif traditionnel, ©faïencerie Henriot
4. Bolée traditionnelle, collection personnelle ©Virginie Brégeon



## Lin et chanvre naturel, lavé, froissé

L'or bleu de la Bretagne du XVI<sup>e</sup> au XVIII<sup>e</sup> siècle, est une véritable industrie qui se met en place. Au printemps, les graines sont parfois importées de la Baltique (en 1757 ce sont 1 368 tonnes qui sont débarquées de quatorze navires !). Elles sont distribuées dans les campagnes et fleurissent à l'été pour être filées en hiver. Cette herbacée, cousine du chanvre utilisé de la même manière, permet de tisser des toiles robustes, vendues dans toute l'Europe. Ce sont les voiles des bateaux, les tabliers des fermières, les torchons et linges de table des maisons cossues. Le bleu des fleurs de lin habille l'imaginaire des campagnes.

Cette matière à la fois brute et noble connaît un renouveau, dans un traitement résolument naturel.

Légende par colonne de haut en bas :

1. Fileuse de lin de Trémel, Côtes du Nord, ©Inventaire du Patrimoine Culturel Région Bretagne
2. Graines de lin, riches en omega3 ©Karyna Panchenko - Unsplash
3. ©Svitlana - Unsplash
4. ©Furlanflemir - Unsplash
5. Le bleu de la mer et le bleu des fleurs de lin, qui ont signé les paysages bretons d'hier ©Kasia Sikorska - Unsplash et ©Annie Spratt - Unsplash
6. ©Maria Ives - Unsplash
7. ©Alyth Moyla - Unsplash
8. ©Erol Ahmed - Unsplash
9. ©Debby Hudson - Unsplash
10. ©Marta Dedyshko - Pexels
11. Teinture végétale ©Ti-Hub
12. Sac de kig ha farz



Paysage en teinture végétale sur kakemono en fibre naturelle ©Lueur Végétale, Carole Dormoy / Habillage des murs chez Tugdual Debéthune, Holen ©Lueur Végétale, Carole Dormoy

Notes et croquis

Handwriting practice area with horizontal dotted lines.

Explorer les  
territoires comestibles  
de Bretagne





©Alexandre Lamoureux

Le bien-être  
par nature



Les Couleurs

Le patrimoine  
et les cultures  
culinaires  
*p.164*



La fresque  
*p.166*



Les clés  
de développement  
*p.168*

DESTINATION  
**BROCÉLIANDE**

# Brocéliande

De Maslestroit à Montfort-sur-Meu, de Saint-Méen-le-Grand à Malestroit, en passant par la forêt de Brocéliande et ses légendes, les voies paisibles du canal de Nantes à Brest (sur l'eau ou à vélo), le majestueux Château de Josselin, les menhirs de Monteneuf ou la beauté de la nature de La Gacilly.

COULEUR  
LE VERT  
FORÊT

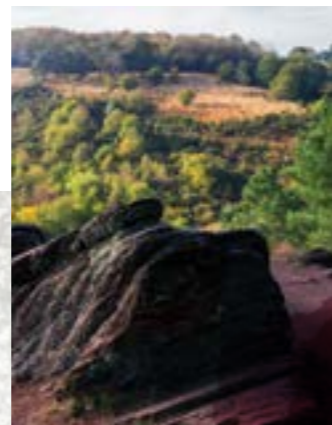
# 5 E 6 C 2 7  
R 9 4 V 1 0 8 B 3 9  
C 6 5 M 4 0 J 1 0 0 N 2 5

Le vert dense et profond de la forêt mythique de Paimpont (Brocéliande) des landes environnantes, et du reflet de cette nature omniprésente dans les plans d'eau, étangs, canaux.

L'ocre pourpré du sol composé de schiste, se révélant à chaque affleurement rocheux, et que l'on retrouve sur les murs des vieilles bâtisses.

Le gris chaud du bois vieilli et du minerais, éléments primaires et archaïques.

\* plus de couleurs de la Bretagne dans le code de la marque Bretagne : [www.marque.bretagne.bzh](http://www.marque.bretagne.bzh)



COULEUR  
L'OCRE  
POURPRÉ

# 8 2 5 B 6 6  
R 1 3 0 V 9 1 B 1 0 2  
C 4 0 M 6 0 J 3 7 N 3 2

COULEUR  
LE GRIS CHAUD

# 9 7 8 7 7 B  
R 1 5 1 V 1 3 5 B 1 2 3  
C 4 0 M 4 0 J 4 5 N 1 6

©Loïc Kersuzan  
©Illyia Vjestica - Unsplash

Patrimoine  
et cultures  
culinaires

La cuisine de la destination Brocéliande **est une cuisine à l'odeur des sous-bois et du feu de bois**. On retrouve des références aux balades en forêt (châtaignes, champignons), aux cueillettes dans les talus (baies et fruits sauvages), aux légumes racines, dits anciens ou oubliés (pommes de terre, choux divers). Ici comme ailleurs en Bretagne, **le cochon règne en maître (saucisse, boudin, pâté, etc.)**. Mais c'est aussi, et de manière singulière, **le territoire du gibier (sanglier, cerf)** occupant les forêts domaniales ou privées, issu de la chasse à tire ou de la chasse à courre. On trouve des boissons alcoolisées très identitaires : des eaux-de-vie avec des fruits (la bocalée et, ensuite, la godinette) ; un chouchen local (le Chamillard). C'est aussi le fief de la Brasserie Lancelot et un territoire de bières, cidres et poirés. Le pain a aussi une place toute particulière. C'est du « gros pain de campagne qui dure », et quand il n'est plus assez frais, on le grille pour le tremper dans du cidre chaud (la « miée »).

**Les gestes traditionnels sont encore présents**. On se souvient de **la galette de sarrasin cuite sur la tuile à galette, du four à pain partagé** pour les grandes cuissons (du cochon notamment), de **la potée qui cuisait dans le chaudron** au-dessus du feu, et des grandes tables de ferme pour partager son repas en écoutant des chants gallos. C'est aussi le pays des fleurs comestibles, parfois

proposées en bouquet à manger (le jardin « des heures dehors » à Ploërmel), appréciées autant pour leur esthétique, leur saveur et leurs vertus. Telles des notes de couleurs dans les assiettes des restaurants gastronomiques (Maison Tiegezh, la Gacilly).

## Recettes et pratiques traditionnelles

Dans son ouvrage Cuisine Traditionnelle de Bretagne publié en 1989, Simone Morand, musicienne, historienne et cuisinière, recense les recettes paysannes et bourgeoises. Certaines sont des sources d'inspiration :

**La Godinette** : recette créée par Simone en 1978 pour la Gallésie en Fête, portant le nom d'un groupe musical de Haute-Bretagne des années 1970. 1 litre de muscadet, 1 grand verre d'eau-de-vie du pays, 250g de sucre en poudre, 1/4 de litre d'eau, 250g de fraises, 250g de framboises, 250g de cerises, 1 ou 2 pommes, quelques pêches et poires. Préparer au moins 24h à l'avance. Hacher les fruits menus, les recouvrir de sucre et d'eau-de-vie. Laisser macérer 2 jours entiers, ajouter l'eau, puis le muscadet. Placer au frais.

**Le lapin Brocéliande** : lapin de Garenne, lardons, cèpes, bouquet garni, cidre sec, eau-de-vie, bouillon, moutard, jaune d'œuf. Sauter, puis mijoter avec une sauce liée à la farine. Écraser le foie cuit avec le jaune d'œuf et la moutarde. Ajouter à la sauce au moment de servir.

**Le gâteau de Saint-Méen-le-Grand** : farine, sucre, œufs, beurre pommade, eau de fleur d'oranger, eau-de-vie. Mélanger et cuire au four. Marrons, sucre, beurre, eau-de-vie, cacao, amandes et noisettes pilées, fruits confits. Mouliner les marrons cuits, mélanger au cacao et au sucre. Couvrir le gâteau de crème de marron, couvrir de fruits secs torréfiés et de fruits confits.

**Les cèpes gratinés** : cèpes, beurre, bouillon, muscadet, échalotes, fines herbes, œuf, chapelure. Faire revenir les champignons dans le beurre.

Hacher les queues, les échalotes, les herbes, faire revenir. Battre l'œuf et mélanger au hachis. Placer les cèpes dans un plat à feu. Remplir les chapeaux avec le hachis. Mouiller de vin blanc et de bouillon. Saupoudrer de chapelure, mettre une noisette de beurre et gratiner au four.

## Produits alimentaires de qualité, races locales et variétés endémiques

**Le cidre de Bretagne, IGP** : la production du cidre en Bretagne remonte au XI<sup>e</sup> ou XII<sup>e</sup> siècle avec la plantation des premiers pommiers par les religieux, et connaît un essor plus important au XIII<sup>e</sup>. La qualité des cidres bretons est reconnue par une Indication Géographique Protégée (IGP). La production de cidre de Bretagne IGP s'établit aujourd'hui à 198 000 hL par an.

**Le pommeau de Bretagne AOC** : un alcool de type mistelle issu de l'assemblage d'un jus de pomme à cidre fraîchement pressé avec une eau-de-vie de cidre (*lambig*), et vieilli en fût de chêne pendant au moins 14 mois. Il est protégé par une AOC depuis 1997. Il titre entre 16 et 18 % vol. L'aire géographique de production couvre aussi la Bretagne historique.

**La farine de blé noir traditionnel IGP** : le blé noir est une plante de la famille des polygonacées, telles que l'oseille et la rhubarbe. Il possède néanmoins des qualités nutritionnelles très proches de celles du blé, avec la particularité de ne pas contenir de gluten. Bien sûr, la plante est cultivée partout en Bretagne (la zone géographique de production et de transformation de la graine de blé noir sous certification est la Bretagne historique).

**Le sarrasin est un produit phare d'une cuisine bretonne contemporaine**. La galette elle-même peut être revisitée, mais c'est aussi la graine qui peut devenir star (pains, falafel, pop corn, pavés végétaux, taboulé, infusions, glaces, etc.).



- |                                   |  |                            |
|-----------------------------------|--|----------------------------|
| 1. Outil de forgeron              | 11. Hortensias   | 20. Genêts                 |
| 2. Trafic fluvial                 | 12. Casque de chevalier  | 21. Schiste rouge          |
| 3. Chamillard, chouchen pétillant | 13. Menhir   | 22. Verre à bière Lancelot |
| 4. Poiré                          | 14. Tous les chemins mènent à Merlin                             | 23. Breizh Cola            |
| 5. Poire                          | 15. Forêt  | 24. Chaudron               |
| 6. Élixir Botanique, Yves Rocher  | 16. Excalibur  | 25. Bois de cerf           |
| 7. Enclume                        | 17. Fées, korrigans et autres créatures fantastiques de Bretagne |                            |
| 8. Camp d'aviation de Gaël        | 18. Le Roi Salomon   |                            |
| 9. Sonnette de vélo               | 19. Schiste rouge  |                            |
| 10. Sonnette de vélo              |  |                            |



les clés de développement

Parmi la fresque ci-dessus, quels liens se devinent derrière les objets identifiés et décrits lors des ateliers ?

Quelles grandes idées permettent de comprendre l'histoire de la destination et de la projeter dans les années à venir ? Que peut-on retirer de cette fresque identitaire du territoire pour en faire un terreau d'inspiration culinaire ?

Voici quelques éléments d'analyse que l'ensemble des participants aux journées ADN vous proposent. Ces trois «clés» sont le socle de nos réflexions et pistes d'inspiration.

À votre tour, vous pouvez, naturellement, vous en inspirer.

## 1. Mondes souterrains

**Les ressources naturelles :** ressources minérales avec les carrières de schiste pourpré (les dalles pourpres) qui, extrait et mis en œuvre dans le patrimoine bâti et les menhirs (les seuls en schiste rouge), donne une signature visuelle aux villes et villages... ainsi que le minerai de fer qui donne cette couleur rouge aux sols. Un monde souterrain qui fait également écho aux ressources végétales, à l'image des arbres centenaires qui plongent leurs racines dans les entrailles de la Terre ou des légumes racines issus des nombreuses exploitations de maraichage présentes sur la Destination, et dont la distribution en circuits courts ne se laisse que peu percevoir de qui ne les connaît pas.

**Un monde souterrain, au sens propre, qui a son histoire tantôt imaginaire et fantasmée** (le tombeau de Merlin), **tantôt réelle** (la sépulture de Salomon).

**Une métaphore de l'invisible :** **la culture orale** - «les contes sont l'âme du monde» - les racines de la

mémoire, de la culture collective. Des légendes qui, bien qu'attachées aux lieux, nous parlent d'universel - des racines communes comme liens entre les peuples, dont chacun s'approprie le sens, y projette ses référents culturels pour donner du sens et une réalité là où elles seront délivrées. Monde souterrain des légendes et du petit peuple : fées, korrigans, farfadets, etc. peuplent la forêt.

**Invisible à l'instar des arbres remarquables** disséminés un peu partout sur la Destination, et dont certains ne sont pas mentionnés, car situés sur des parcelles privées ; des hauts fourneaux ; de l'histoire militaire encore présente, mais peu visible, etc.

**Les usages de la forêt, historiques** et actuels : exploitation sylvicole, histoire des charbonniers, de la chasse et du braconnage sur les terres des grands propriétaires, des rites ancestraux, ou encore de la résistance (l'un des plus grands maquis lors de la Seconde Guerre mondiale) .

les planches d'inspiration

- > **RACINES ENTRELACÉES** p. 170
- > **À L'ÉTAT SAUVAGE** p. 172

## 2. Alchimie

**Alchimie naturelle : celle de la métamorphose des paysages**

**Alchimie culturelle qui mêle cultures celte et chrétienne,** et dont l'exemple le plus emblématique est Tréhorentec, lieu où les symboles se mêlent et les cultures s'entrecroisent, jusqu'à se confondre. Histoire réelle et imaginaire : les chevaliers de l'époque médiévale et le roi Salomon trouvent leurs alter ego dans le monde imaginaire avec les chevaliers de la Table ronde et le roi Arthur...

**Alchimie entre croyance et médecine** qui, depuis des siècles, fait cohabiter deux approches : ceux qui croient en la science et ceux qui cherchent des solutions alternatives ; celles liées aux croyances ancestrales, et notamment aux sources et fontaines miraculeuses, à l'instar de Saint-Méen-le-Grand...

**Une alchimie au cœur des savoir-faire :** utilisation, association des ressources de la nature (végétales et minérales) pour générer des réactions (fermentation pour le cidre, la bière ; pharmacopée, écothérapie, produits cosmétiques

comme chez Yves Rocher ou à la station biologique de Paimpont, fer de Brocéliande, qui trouvent là aussi son pendant dans le monde imaginaire, avec les philtres concoctés par les sorciers et sorcières, fées et autres personnages des récits collectifs. C'est aussi une alchimie culturelle entre art contemporain, photographie et villages historiques (la Gacilly).

**Une alchimie, une alliance des usages de la forêt** (tourisme, loisirs, exploitation - sylviculture - chasse), des éléments (l'air, l'eau, la terre et le feu). Alliages que l'on retrouve dans les forges ou encore pour la fabrication du charbon, servant à alimenter ces mêmes forges, etc. Le nom de Brocéliande incarne à lui seul l'alchimie à travers la quête. La quête du Graal, de la source de vie éternelle, dont le symbole équivalent dans la culture celte est l'Arbre de vie. L'arbre, encore une fois, emblématique du territoire. L'alchimie de Brocéliande, celle de ceux qui y vont et qui n'y trouvent rien ou devrait-on plutôt dire : «les voyageurs trouvent ici ce qu'ils sont venus y chercher».

les planches d'inspiration

- > **FORGE EN FUSION** p. 174
- > **ÉLIXIR PAR NATURE** p. 176

## 3. Lignage et héritage

**Lignage des arbres ligneux, dont l'entremêlement des racines forme le réseau de la forêt :** un entremêlement qui se traduit dans les savoir-faire (haies et taillis tressés, vannerie, etc.) ; celui aussi des roches, le schiste, dont les feuillettes peuvent faire penser aux cernes du bois, et dont les menhirs, qui nous parlent de l'histoire de l'humanité, sont constitués.

**Une lignée culturelle, l'héritage de la culture orale et des conteurs, dont les histoires s'hybrident selon les territoires** pour répondre aux référents naturels et culturels. Celles des mendiants qui pour s'assurer de l'aumône, créent des mythes condamnant les avares ; celle de ces contes comme moyens d'éduquer et de favoriser le vivre-ensemble. Celle des musiciens, passeurs de mémoires. Une tradition tant orale qu'écrite, pour assurer la transmission qu'illustre l'Encyclopédie de Brocéliande.

**Une lignée de traditions populaires,** de sports (le gouren, le cyclisme) et de fêtes (gallaisies) où se perpétuent les jeux traditionnels tels que la

quille de Muël, des jeux de lancers, le jeu de palet - et la langue, le gallo.

Des lignées de familles historiques : certains de leurs héritiers pratiquent aujourd'hui la chasse dans les grands domaines forestiers de Brocéliande.

**Des savoir-faire ancestraux qui ont été transmis, qui ont évolué et sont réinventés par les artisans.** Celui de la métallurgie (depuis plus de 2500 ans) dans les forges de Paimpont (dédiées au chemin de fer, puis à l'armement) est repris par le poète ferrailleur, à Lizio, dans un univers fantastique ou par des forgerons d'art (coutellerie, mobilier urbain à Treffendel).

**Lignage des botanistes qui transmettent la connaissance ancestrale des vertus attribuées aux plantes.** Ils ont inspiré nombre d'acteurs qui valorisent aujourd'hui ce savoir (Yves Rocher), jusqu'à le diffuser hors des frontières.

les planches d'inspiration

- > **MILLE ET UNE FEUILLES** p. 178
- > **LIGNAGES DU BOIS** p. 180



## Mondes souterrains Racines entrelacées

Ancrées sur cette terre d'Histoire, les racines se mêlent et s'entremêlent. Celles des arbres séculaires qui couvrent le paysage, celles des habitants qui font vivre leur patrimoine et tissent un maillage sur le territoire. Comme un lien vers le monde souterrain, les légumes racines transportent vers un univers culinaire parfois oublié, celui de nos aïeux. Ces tubercules bicornus sont aussi une formidable base à revisiter, grâce à de nouvelles techniques ou à des associations inédites. En cuisine et sur la table, on crée des connexions entre les produits, les plats, les matières, les gens.

1. Koji glacé, cuir suri de poires, pralin de sarrasin et mûlote ©Nomades Studio pour Nicolas Conraux - La Butte (Plouider)
2. Nouilles soba
3. Tressage de lamelles de carottes colorées ©Agence Papillote
4. Rencontre entre l'univers de la bière et du pain, intimement liés par leur histoire commune ©Camille Orlandini - Photo ©Hervé Ternisien
5. Bol alliant céramique et vannerie

6. Bouquets de gressins aux formes organiques, à colorer ou pas, pour un plateau apéro à partager ©Agence Papillote
7. Racines d'arbre remarquable en forêt de Brocéliande ©Matteo Grando
8. Brioches feuilletées au sarrasin, crème frangipane

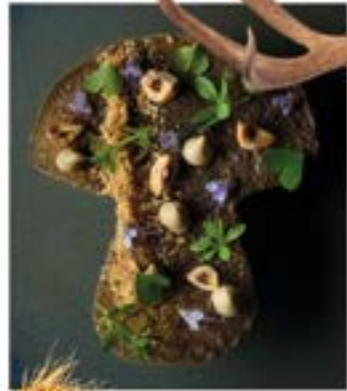
9. Atelier comestible sur l'agriculture urbaine et la permaculture ©Yuan Yuan Design Studio
10. Arbre remarquable de la forêt de Brocéliande ©Stéphane Cevoz
11. Divers légumes racines rôtis ©American Heritage Chocolate - Unsplash



PLUS D'IMAGES  
SUR PINTEREST



©Matteo Grande - Unsplash ©Ben Michel - Unsplash



## Mondes souterrains À l'état sauvage

Cachés dans la profondeur de la forêt, les animaux se fondent dans le feuillage. Le cerf, roi majestueux lié aux légendes arthuriennes, est aussi un mets de choix. Le gibier, au goût parfois prononcé, se travaille sous un nouveau jour, avec finesse et modernité. Terre de chasse mais aussi de cueillette, le sous-bois livre les ingrédients d'une cuisine sauvage et corsée, composée de baies acidulées, de châtaignes gourmandes ou de champignons variés. On s'amuse de ce jeu de cache-cache, on recrée des mises en scènes et on propose des rituels de dégustation qui nous transportent «into the wild».

1. Ris de veau et châtaignes ©Mathieu Pérou - Manoir de la Régate
2. Cèpes, foie gras, noisettes et coings ©Mathieu Pérou - Manoir de la Régate
3. Bogue de châtaigne ©Ricardo Gomez Angel - Unsplash
4. La « pause » intégrée dans son environnement ©Annie Spratt - Unsplash
5. Composition : châtaignes grillées directement dans leur poêle, présentées sur lit de feuillage ©Agence Papillote

6. ©Thimo Pedersen - Unsplash
7. Les bois du cerf, symbole de force et de renaissance
8. Cueillette des champignons, une activité que tout le monde pratique mais que chacun garde secrète ©Griffyn M - Unsplash
9. Le sous-bois caché ©Mahdi Bafande - Unsplash
10. Brochettes de gibier, permettant une dégustation de petits morceaux de

- différents animaux, et jus aux fruits des bois ©Agence Papillote
11. Les mûres, invitant à la cueillette de baies sauvages
12. Le Cerf, roi de tous les gibiers ©Philipp Pilz - Unsplash
13. Le sanglier ©Patrick Pahlke - Unsplash
14. La terre et l'odeur de humus ©Adrien Olichon - Unsplash



PLUS D'IMAGES  
SUR PINTEREST



©Meritt Thomas - Unsplash / Dos de sanglier et mûres lacto-fermentées ©Eric Guérin - La mare aux oiseaux



*Alchimie*  
**Forge en fusion**

Les hauts-fourneaux de Paimpont sont les vestiges d'un fleuron industriel. Derrière ce savoir-faire toujours vivant sur le territoire grâce aux nombreux artisans et artistes transformant le métal, on retient l'idée du feu intense. Le feu qui cuit, qui brûle, qui grille, qui fume, laissant derrière ce goût inimitable en bouche. Cette approche par le feu incite à revenir aux techniques ancestrales, comme la cuisson sur lauze, au charbon, au fer rouge, pour sublimer un produit qu'on préférera brut et sans artifice, en fusionnant les éléments primaires de la nature pour les révéler.

1. Meringue juste brûlée. La réaction de Maillard réhausse gustativement et visuellement ©Jess Bailey - Unsplash
2. Endives grillées au chalumeau, un outil ouvrant plein de possibilités ©Oriane Badoual
3. Brioche aux lamelles de caramel ©Alice Licata
4. Haut-fourneau ©C-d-x - Unsplash

5. Rituel à mi-chemin entre ceux de la mie et de l'absinthe : un morceau de mie imbibée de Bocalée à faire flamber et à déguster avec son verre ©Agence Papillote

6. Le marquage au fer chaud, un moyen d'apposer une signature graphique et identitaire sur l'aliment ©Agence Papillote

7. Poireau brûlé ©Olivier Beurné - L'amphitryon

8. ©Hannah Gibbs - Unsplash

9. Pince de forgeron

10. Céramique en cuisson raku ©Maud Lelièvre (la Gacilly)

11. Le charbon, en cuisson ou ingrédient ©Brian Patrick Tagalog - Unsplash

12. Gougeonnettes d'anguilles fumées - un procédé à valoriser ©Mathieu Pérou - Le Manoir de la Régate



PLUS D'IMAGES  
SUR PINTEREST



©Restaurant Meraki / ©Andrey Andreyev



*Alchimie*  
**Elixir par nature**

Les propriétés guérisseuses prêtées aux fontaines traduisent l'héritage des médecines alternatives, aux pratiques et croyances traversant les générations. Dans les légendes, les potions et philtres magiques nourrissent cet imaginaire. D'un autre côté, la recherche de bienfaits à extraire de tous les pouvoirs insoupçonnés de la nature, portée par le groupe Yves Rocher, ouvre une voie d'exploration pour la création culinaire. On enrichit ses connaissances sur les plantes comestibles, pour les travailler avec conscience, pour leurs bienfaits ou leur esthétique. Que la nature jaillisse !

- 1. Mur de l'office de tourisme de la Gacilly ©Agence Papillote
- 2. Pétales de crackers ©Agence Papillote
- 3. Huiles aromatiques concentrées, à choisir selon ses goûts pour agrémenter son plat comme un parfumeur ©Agence Papillote
- 4 et 5. Changer de couleur en modifiant le PH d'une boisson : effet magique garanti ©Dwi

- 6. ©Zoo Monkey -Unsplash
- 7. Bouquet d'aromates suspendu, à cueillir selon les envies ©Agence Papillote
- 8. Le potager au cœur de l'assiette ©Aaron Blanco -Unsplash

- 9 et 13. Ustensiles et gestuelles décalés, issus de la cosmétique et du laboratoire - tubes à essai, pipettes, béciers, sprays... ©Cottonbro -Perels / ©Siefan Rodriguez -Unsplash
- 10 et 11. Le pouvoir et la beauté de la nature à l'état pur ©Annie Spratt -Unsplash / ©Ereynoso -Unsplash
- 12. Textures crémes, savoureuses et colorées ©collage Agence Papillote



PLUS D'IMAGES SUR PINTEREST



©Laura Ockel / ©Clark Douglas







## Lignage et héritage Lignes du bois

La forêt, omniprésente, occupe l'espace et les esprits sur le territoire. Empreinte de légendes et composée d'arbres remarquables, elle ouvre la porte de l'imaginaire et semble raconter ses histoires. Le bois, dont la veinure témoigne de chaque année passée, se décline en troncs, rondins, bûches, branches, fagots, tronçons, écorces, copeaux... Autant de formes qui nourrissent la créativité culinaire. L'aléatoire d'une texture craquelée, d'une cuisson irrégulière, de nuances de couleurs, ramène aux aspects du bois de cette forêt et de ces différentes essences.

1. Assiettes narratives retraçant l'histoire des ingrédients cuisinés (ici la châtaigne) ©Agence Papillote
2. Branchages de salsifis ©Mathieu Pérou - Le manoir de la régale
3. Chocolat marbré ©Alice Licata
4. Bûchettes empilées comme une stère de bois ©Agence Papillote
5. Gâteau roulé, comme le veinage d'une rondelle de bois ©Vicky Ng - Unsplash
6. Sablé brûlé dans le cadre d'un

- projet sur le goût du territoire ©Camille Orlandini
7. ©Mockup graphics - Unsplash
8. L'arbre d'or, un arbre brûlé recouvert de feuilles d'or pour symboliser le caractère fragile et précieux de la forêt. ©Stéphane Cevoz
9. ©Jude Infantini - Unsplash
10. La croute du pain comme une impression d'écorce ©Monika

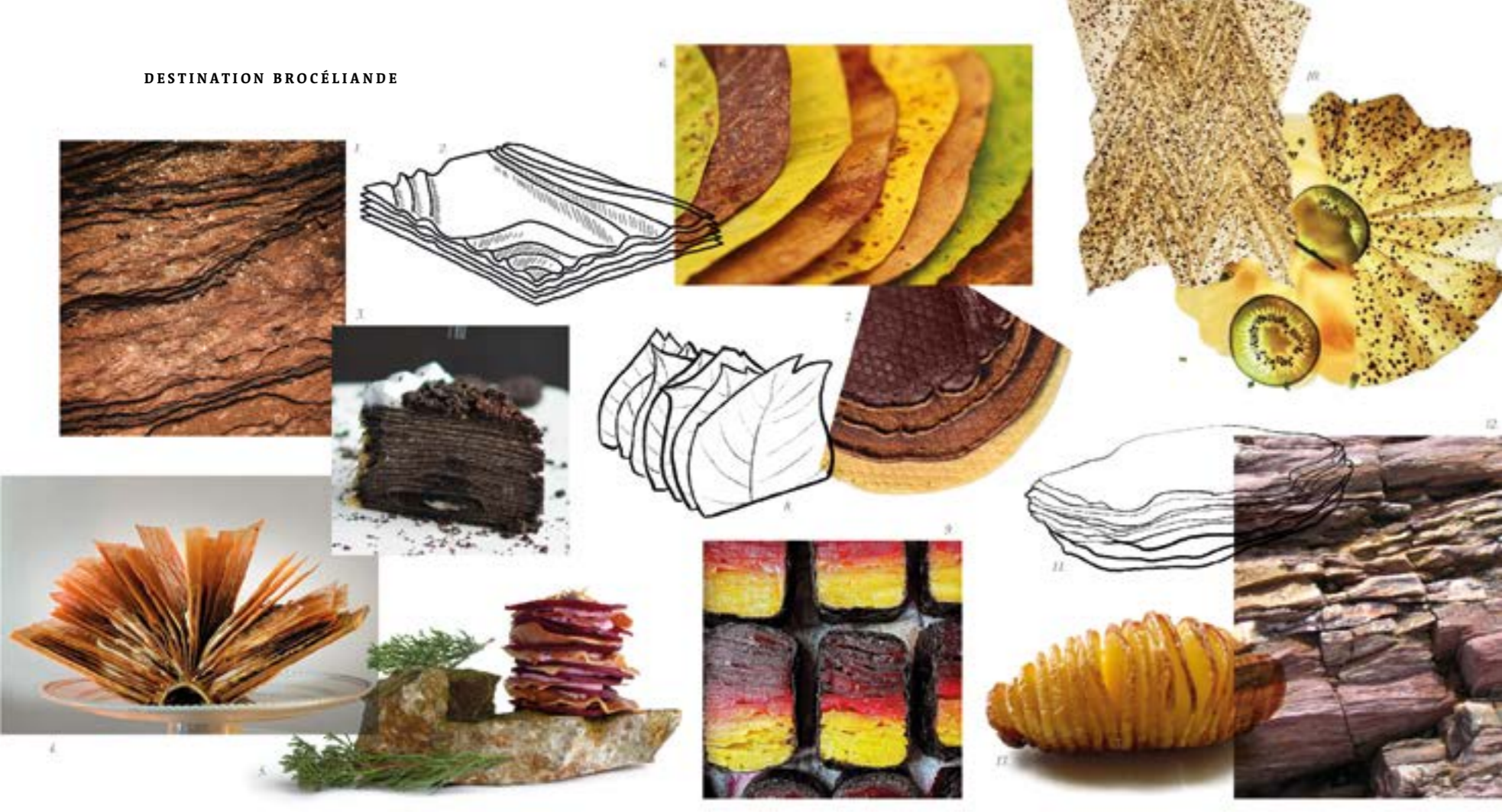
- Grabkowska - Unsplash
11. Ecorces comestibles - Recherche sur les textures du bois - Studio Exquise - Photo © Marion Chatel-Chair
- 12 et 13. Saumon en papillote de feuille de cèdre, pour infuser le goût du bois, sur rondins de bois de différentes tailles et diamètres pour jouer l'effet bûches ©Montage Agence Papillote



PLUS D'IMAGES  
SUR PINTEREST



Tranches de bois comestibles. Studio Exquise - Photo ©Marion Chatel-Chair / ©Illiya Vjestica - Unsplash



*Lignage et héritage*  
**Mille et une feuilles**

Le sol de la région présente çà et là des affleurements de schiste de couleur pourprée, car riche en fer. Ce schiste rouge est une roche sédimentaire, aux nombreuses strates qui se superposent, autant de lignes accumulées par le temps. En carrière, ces pierres sont extraites et lignées pour en dissocier les feuilletés. On retrouve ces feuilles dans l'assiette, grâce à une fine découpe façon carpaccio, montées en feuillette, ou reconstituées en cuirs de fruits. Ces feuilles deviennent alors prétexte à créativité en déclinant les formes, couleurs, matières, et en travaillant leur disposition.

- 1. Roche sédimentaire ©Gerson Repreza - Unsplash
- 2. Paysages de strates comestibles ©Agence Papillote
- 3. Layer cake au chocolat ©Jayden Sim - Unsplash
- 4. Livre comestible dont chaque page se détache et se déguste - Studio Exquisite x Institut Paul Bocuse - Photo © Marion Chatel-Chaix
- 5. Mille-feuilles de betteraves et

- jambon séché, sur pierre brute ©Agence Papillote
- 6. Feuilles d'automne ©Hasan Almasi
- 7. Crêpes superposées aux couleurs dégradées ©Agence Papillote
- 8. Jeu de perspectives agrégeant les feuilles verticales des différents plans en un seul bisson comestible ©Agence Papillote
- 9. Pressés de betteraves et courgettes

- ©Dominic Quirke - Pickles
- 10. Recherche de formes pliées et d'applications culinaires autour des cuirs de fruits et légumes - ici un carpaccio de saint-jacques et cuir de kiwi ©Pauline Calippe
- 11 et 12. Pierre et carrière de schiste pourpre, la roche identitaire du territoire
- 13. Pomme de terre rôtie à la suédoise (hasselback)



PLUS D'IMAGES SUR PINTEREST



Cuir de kiwi ©Pauline Calippe / ©Hasan Almasi

# Exercice de créativité !

## Une méthode de créativité, testée et approuvée en ateliers

Lors des 9 ateliers sur les territoires des destinations touristiques de Bretagne, nous avons mis en pratique la méthode de créativité en design avec plus de 350 participants. Et le résultat est riche ! Des idées qui font rêver comme des idées d'une inspirante évidence ont germé.

À nous, à vous d'associer les bons ingrédients en croisant «produits locaux», «usages culinaires» et «inspirations du territoire» pour faire émerger de nouveaux projets. Ainsi, ils seront naturellement inspirés de nos spécialités locales et variétés endémiques, de nos traditions culinaires et de nos paysages et patrimoines bâtis.

## Produits locaux

### VÉGÉTAL

- Châtaignes
- Champignons
- Plantes sauvages
- Baies et fruits sauvages
- Légumes racines
- Pommes de terre
- Choux
- Pommes
- Poires

### ANIMAL

- Cochon
- Saucisse
- Boudin
- Pâté
- Gibier
- Beurre salé
- Lait ribot

### BOISSONS & CONDIMENTS

- Godinette
- Bocalée (eau de vie + fruits)
- Cidre
- Poiré

- Bière
- Chamillard, chouchen, miel

## Inspirations du territoire

## Usages culinaires

- Galettes de sarrasin
- Gros pain de campagne qui dure
- Cueillette
- Soirées châtaignes
- Miée (pain grillé trempé dans du cidre chaud)
- Fermentation
- Fumage au feu de bois
- Four à pain
- Tuile à galette
- Harrasoire, pour griller les châtaignes
- Chaudron
- Vannerie, paniers
- Grande tablée

- Contes et légendes
- Fées, elfes et korrigans
- Cerf et brame
- Roi Salomon
- Forges de Paimpont
- Camp de Coëtquidan
- Forêt primaire
- Sylviculture
- Chasse, cueillette
- Guérisseurs
- Schiste rouge, pourpre
- Route du fer
- Maillage
- Plantes sauvages
- Minerais
- Mégalithes
- Fontaines
- Usage du gallo

# Fiche idée culinaire

Nom du concept : .....

## Inspirations sélectionnées

1. Produits locaux	2. Usages culinaires	3. Territoire
--------------------	----------------------	---------------

## Concept

Décrivez votre idée en quelques mots : est-ce une recette, un produit, un contenant, un service, une expérience ? Qu'est-ce qui fait que ce produit ou service est unique, singulier, différent de ce qui existe déjà ?

## Cible et usage

Décrivez les clients ou usagers potentiels de votre idée : qui, comment, à quelle(s) occasion(s) ? Quels sont leurs attentes, leurs besoins et leurs envies ?

Quelle dimension sociale et responsable ?

## Ancrage territorial

En quoi cette idée serait-elle singulière au territoire ? Quels éléments identitaires sont mobilisés, quels produits locaux cuisinés, quelles coutumes locales revisitées, quels lieux emblématiques identifiés ?

Quel impact écologique, quelle circularité ?

## Croquis de l'idée

Alors que certains s'expriment mieux avec des mots, d'autres préfèrent les images. Et quelle que soit la qualité du dessin, celui-ci permet de mettre en perspective les premières projections. À vos crayons !

Notes et croquis

Handwriting practice area with horizontal dotted lines.

Explorer les  
territoires comestibles  
de Bretagne

# Design d'expériences culinaires

## Pour une expérience touristique gourmande

Ce carnet d'inspirations culinaires est un projet innovant porté par le service tourisme de la Région Bretagne<sup>1</sup>. Cette contextualisation rappelle que la créativité culinaire est partie prenante d'une offre touristique. De la matière première alimentaire, en passant par la forme et les usages, on peut concevoir des expériences qui marqueront un séjour. Ces expériences culinaires elles-mêmes sont une partie centrale de l'expérience touristique globale.

Ainsi, naturellement, nous vous invitons à vous inspirer de la matière, pour imaginer des expériences congruentes, qui poussent l'harmonie des sens et du sens à son paroxysme. Voici quelques pistes...

Bien-être et transition alimentaire, cuisine sauvage en immersion dans le paysage, ateliers et savoir-faire, traditions paysannes, activités culturelles et artistiques, voici 5 pistes créatives pour non seulement goûter et incorporer le territoire, mais aussi le vivre et l'expérimenter.

## 5 pistes créatives pour goûter et expérimenter le territoire

**1. Bien-être et transition alimentaire** : cueillir des tomates dans un potager en permaculture, agrémenter son plat de plantes aromatiques poussant devant un salon de thé, participer à une retraite de yoga et cuisine végétarienne, composer sa recette d'infusion de plantes et fleurs séchées, découvrir les secrets d'une tradition druidique millénaire. Ici, il faudra imaginer des lieux de vie baignés de lumière, ou au contraire reposants comme un cocon, des objets élégants, des parcours pédagogiques à la ferme, des grandes tablées dans une maison d'hôtes ou des tasses fines et transparentes réalisées par un artisan d'art.

**2. Cuisine sauvage en immersion dans le paysage** : cueillir des baies et de l'ali des ours en forêt, pêcher des coquillages à marée basse, admirer le brame du cerf, cuisiner sur un réchaud en pleine nature, déguster des huîtres sauvages après une sortie en longe-côte, cuire des homards sur un brasero géant au pied d'un phare... Une cuisine sauvage, directement extraite de son milieu naturel, préparée et dégustée sur place, qui invite à se reconnecter au vivant. Ce sont des cartes géographiques thématiques, des mobilités douces, des kits de cuisine sauvage,

des cahutes en bois, des abris de fortune et bivouacs, des tables de cuisson en pleine nature, des événements culinaires à imaginer.

**3. Ateliers participatifs et savoir-faire d'exception** : apprendre à tourner une galette de sarrasin sur un bilig, à faire un caramel au beurre salé, à tourner un pâton de céramique, à décorer un bol breton, à tisser ou à broder le lin pour les arts de la table, à réaliser des confitures et autres pickles pour repartir avec un peu de la Bretagne en bocal... Des expériences apprenantes qui créent du lien entre les habitants, les visiteurs et les acteurs du territoire. Ces sont des programmes d'apprentissage, des lieux hybrides de transformation culinaire et de formation, des éditions didactiques, des clips vidéo, des scénographies du geste et du savoir-faire à dessiner.

**4. Traditions populaires et paysannes au goût du jour** : participer à la fête du pommé en veillant en chantant toute la nuit, partager un banquet dans les champs pour la Saint-Jean, aller à la fête de l'huître ou à celle des marrons, découvrir une version rock and roll de la galette-saucisse au détour d'un marché... Des traditions préservées, parfois modernisées ou valorisées sous un autre jour, pour s'ouvrir à de nouveaux publics. Ce sont des événements grand format, des packagings de produits alimentaires traditionnels, des objets culinaires à rééditer et de la communication graphique qui pourront accompagner ces projets.

**5. Activités culturelles et artistiques** : visiter une exposition de photographies culinaires, répondre à un quiz sur les spécialités locales et l'histoire du patrimoine culinaire breton, participer à un dîner dans une friche industrielle habillée de street art, manger dans une assiette en vidéoprojection, déguster du pop-corn de sarrasin au cinéma, boire une bière artisanale à la pomme dans un concert de rock, passer une soirée à la table des grands auteurs et artistes bretons, partager un repas d'équinoxe au rythme de la Symphonie d'Iroise de Didier Squiban... une approche résolument culturelle et festive de la cuisine bretonne. Il faudra ici imaginer des identités visuelles percutantes, collaborer avec des artistes, investir les hauts lieux de la culture bretonne comme les tiers-lieux et autres espaces urbains disruptifs, développer de nouveaux récits culinaires, trouver des solutions astucieuses en termes de packaging pour finger food, imaginer des solutions éco-conçues en matériaux biosourcés, biodégradables, zéro déchet pour les grands événements, faire des ponts entre le monde réel et le numérique, en toute sobriété.

## Dessiner un écosystème créatif

Cette liste d'idées à la volée et de recommandations à peine formulées enthousiasme autant qu'elle donne le vertige. Les contraintes sont grandes, les possibilités infinies, et les envies multiples. La clé du succès réside aussi dans la capacité à mettre les acteurs du système alimentaire en réseau, et à agir à plusieurs, co-créer, coopérer en écosystème. À vous de reprendre ce carnet d'inspirations avec ces nouvelles perspectives en tête, de regarder votre territoire et patrimoine alimentaire d'un autre œil, et d'oser développer des expériences culinaires inédites !



Un banquet sur la plage, composé de produits locaux ? ©Seaglass wine - Unsplash - Un café culturel, proposant des événements culinaires ? ©Jason Briscoe - Unsplash



PLUS D'IMAGES SUR PINTEREST

1. Suite à un travail de consultation (qui a mené à la publication du carnet de 74 opportunités de projets) puis de co-création avec les acteurs du territoire, porté par le Ti-Hub (cellule d'innovation, d'incubation et d'accélération de projets touristiques) dans le cadre de la stratégie touristique et patrimoniale de la Région et du Schéma Régional de Développement du Tourisme et des Loisirs (S.R.D.T.L.) 2020-2025.



# La transition alimentaire, source d'inspiration

## Une cuisine bio-inspirée

Pour limiter les émissions des gaz à effet de serre liées au transport ou à l'usage de serres chauffées (justement) utilisées pour une production hors saison, pour reconnecter les mondes agricoles et urbains, pour renforcer la sécurité alimentaire de nos territoires et leur résilience, pour préserver la biodiversité de la faune et de la flore, il est urgent d'agir vite et intensément pour la transition alimentaire.

Deux objections peuvent émerger après avoir parcouru cet ouvrage (nous les avons déjà entendues, nous en avons discuté) : «C'est bien beau tout ça, mais ça invite à faire de belles images pour vendre plus, est-ce vraiment compatible avec une nécessaire sobriété ?».

Et, à l'inverse : «Si l'on prend en compte les contraintes liées à la transition alimentaire, est-ce que l'on peut encore créer ?»

«De la contrainte naît la créativité» (un adage bien connu des designers) ; et quelle merveilleuse contrainte que celle de la nature ! À ces deux questions nous répondons, dans une approche bio-inspirée, biomimétique, régénérative et consciente.

«La Nature est notre source d'inspiration et sa préservation notre cadre de travail - sine qua non.»

## 4 pistes créatives pour une cuisine responsable

Voici quelques pistes pour faire d'un engagement écologique une inspiration créative au quotidien :

### 1. Une cuisine zéro déchet et anti-gaspi :

À l'heure où 30% de la production alimentaire mondiale est destinée à être gaspillée (lorsque l'on cumule les rebuts à chaque étape de la chaîne alimentaire), cuisiner l'intégralité d'un légume, d'une viande ou d'un poisson pour optimiser cette matière première est nécessaire. Cela amène à la fois à redécouvrir des recettes traditionnelles oubliées (terrines, consommés, abats) et à en penser de nouvelles : bouillon de poule aux épices, œufs de poisson fermentés (*haviorig*), huile de homard, soupe d'étrilles, pesto de fanes de radis, feuilles de chou-fleur rôties au beurre, tempura de fanes de carottes, chips de peau de poulet, terrine de pied de cochon... Une approche zéro déchet, elle, propose une esthétique du repas et du restaurant plus harmonieuse : concevoir la matière naturelle comme emballage potentiel (madeleines cuites dans des coquilles Saint-Jacques, gâteau de riz cuit dans une feuille de figuier, salade de fruits dressée dans la coque d'un melon ou d'une pomme, canapés et mises en bouche présentés dans des coquillages, etc.).

Mettre en bocal ses préparations, et faire de ces nouvelles arrières-cuisines une mise en scène au restaurant ou en boutique.

### 2. Une cuisine des produits de saison et des circuits courts :

C'est accepter que les tomates soient plus abondantes en octobre qu'au mois de mai, et adapter les recettes en conséquence (la salade de tomates mozza, c'est super, mais un ragoût de porc à la tomate ou un chili con carne aux cocos de Paimpol c'est pas mal aussi). C'est aussi préserver le meilleur de la saison de diverses manières pour profiter toute l'année de la quintessence du goût de la terre : cuirs de fruits, lacto-fermentation, confits, pickles, coulis, liqueurs, etc. Tous les coups sont permis, et les associations aussi esthétiques que savoureuses sont encouragées !

### 3. Une cuisine végétalisée et gourmande :

Limiter l'impact carbone de nos assiettes passe évidemment par une réduction de la consommation de viande, notamment bovine. Cela ouvre un champ des possibles phénoménal en termes de «revisite» des recettes traditionnelles. Un *pesked ha farz*, ou *kig ha farz* végétal ; un *far* breton au lait de chanvre ; une galette saucisse végétale... Ce qui importe ici est de conserver les deux éléments qui font le succès de la viande dans notre société :

- Le fameux goût «umami» issu de la réaction de Maillard, que l'on retrouve dans certaines espèces végétales et que l'on peut provoquer par le feu (rôtir, griller au barbecue, frire, etc.)
- Le plaisir de découper et de partager une préparation culinaire autour de la table (d'où le succès du chou-fleur rôti, des méga-patates douces au barbecue, le renouveau des tartes paysannes et autres tourtes, etc.)

### 4. Une cuisine de la pêche durable :

Les ressources halieutiques (maritimes) sont menacées. Certaines espèces sont en voie de disparition car pêchées de manière trop intensive (bar, maquereau, sardine) ou subissant les effets néfastes du réchauffement des océans ; d'autres colonisent nos côtes (le poulpe). Faute d'acheteurs, les pêcheurs rejettent à la mer des poissons tout à fait comestibles.

Ces espèces inattendues invitent à repenser les soupes de poissons, ou de «godaille» comme disaient les anciens, à imaginer de nouvelles recettes épicées, à installer des fumoirs sur les ports ou à la maison... Et les belles pièces d'espèces dites «nobles», elles, sont cuisinées en intégralité par respect : rillettes, bouillon, beurre de foie, arêtes frites, chips de peaux grillées... Les possibilités sont infinies !



1. En 2020, 28% des 75 stocks évalués dans l'Atlantique Nord-Est sont encore surexploités, et 85% en Méditerranée - rapport CSTEP, avril 2022

©Brooke Lark -Unsplash ©Kajonkiet Noobut -Unsplash



# Contributeurs

Ce carnet regorge d'inspirations, issues du superbe travail de créatifs culinaires, d'amoureux du patrimoine breton. Nous souhaitons à nouveau les remercier de nous avoir autorisés à partager leur vision. Vous trouverez leurs coordonnées ci-après.

**Ce carnet est le fruit d'un travail collaboratif, issu des ateliers menés avec les acteurs du territoire et les collaborateurs de la Région Bretagne et du tourisme de chaque destination.**

À partir des fresques ADN du territoire et des idées émergentes lors de ces ateliers, les designers spécialistes ont formalisé des pistes créatives qui s'adressent aux porteurs de projets du territoire.

*Designers  
Auteurs*

## Lucie Bolzec

Designer globale passionnée de *food*, Lucie a fondé l'agence Papillote pour accompagner les beaux projets liés à l'alimentation. Diplômée en design produit et culinaire, elle conseille depuis plus de dix ans les acteurs de l'agro-industrie, de l'artisanat ou de la restauration pour concevoir un produit, raconter une histoire, ou faire vivre une expérience. Elle intervient au Food Design Lab de l'École de Design Nantes Atlantique sur la méthodologie et l'encadrement des projets.

**En savoir plus :**  
[www.agence-papillote.com](http://www.agence-papillote.com)

## Élise Huneau

Diplômée d'un CAP pâtisserie puis d'un master en Food Design, Elise se nourrit d'expériences avant de rejoindre l'aventure Papillote en 2018. Devenue associée, elle pilote l'aspect opérationnel des projets de l'agence. En parallèle intervenante à l'École de Design Nantes Atlantique, elle enseigne le prototypage alimentaire et encadre les étudiants sur les concours et workshops.

**En savoir plus :**  
[www.agence-papillote.com](http://www.agence-papillote.com)

## Virginie Brégeon

Designer culinaire, designer d'expériences et design de territoire durable, Virginie conseille les artisans et acteurs du tourisme engagés et consacre son temps à la valorisation du patrimoine culinaire breton. Après sa thèse de doctorat en marketing portant sur le design d'expériences culinaires, Virginie devient enseignant-chercheur à Ferrandi et Sciences Po Rennes. Elle publie le *Grand Livre du Marketing*

*Culinaire* aux éditions Dunod (2019). Créatrice de la formation Territoires Comestibles (Institut Supérieur de Design de Saint-Malo), elle crée un *food truck* locavore avec son mari en 2020 (la Cabane à Manger).

**En savoir plus :**  
[www.virginiebregeon.com](http://www.virginiebregeon.com)  
[institut.design](http://institut.design)

*Designers  
Invités*

## Design culinaire

Alice Licata  
[alicelicata.com](http://alicelicata.com)

Camille Orlandini  
[camilleorlandini.com](http://camilleorlandini.com)

Carole Guillemain  
[instagram.com/carole.focus.on.food/](https://www.instagram.com/carole.focus.on.food/)



# Contributeurs

Ce carnet regorge d'inspirations, issues du superbe travail de créatifs culinaires, d'amoureux du patrimoine breton. Nous souhaitons à nouveau les remercier de nous avoir autorisés à partager leur vision. Vous trouverez leurs coordonnées ci-après.

Céline Marder  
[creaculinaire.com](http://creaculinaire.com)

Héloïse Benoit  
[heloisebenoit.com](http://heloisebenoit.com)

Hopla Studio, Magali Wehrung et Agathe Bouvachon  
[hoplastudio.com](http://hoplastudio.com)

Laure Anne Caillaud  
[laureannecaillaud.com](http://laureannecaillaud.com)

Marie Guille

Marie-Reine Le Grand  
[www.mreine-creations.fr](http://www.mreine-creations.fr)

Mélanie Boissié  
[melanieboissie.com](http://melanieboissie.com)

Miit Studio  
[miit-studio.com](http://miit-studio.com)

Noah Witenoff  
[nustyling.com](http://nustyling.com)

Sonia Verguet  
[soniaverguet.com](http://soniaverguet.com)

Studio Exquisite,  
Marion Chatel-Chaix  
[studio-exquisite.com](http://studio-exquisite.com)

Toolsoffood, Anaïs Silvestro et Luz Moreno  
[toolsoffood.com](http://toolsoffood.com)

Yuan Yuan  
[yuan-yuan.fr](http://yuan-yuan.fr)

Zoé Warin  
[zoewarin.com](http://zoewarin.com)

## École de Design Nantes Atlantique

Inass Aloumami, Ramy Baaklini, Enzo Mastroianni, Octavio Castillo, Regina Aban, Yuling Qiao, Chloé Chotard-Olivry, Phuong Trinh Nguyen, Mélanie Porcher, Sullyse Aguilhon, Myriam Girard, Victor Monroger, Chloé Patrigeon, Wen Yue Xue, Florentine Charles, Marie Ambroise

## Institut Supérieur de Design de Saint-Malo

*Territoires Comestibles*  
Accompagnés par Franck Hamel et Carole Guillemain : Odile Méar, Clotilde Martin, Cécile Bracq Bothorel

## Design global

Isabelle Majou  
Laure Choquet

*Artisans  
Invités*

Anne Huet Rapeaud, céramiste  
[anne-huet-rapeaud.com](http://anne-huet-rapeaud.com)

Caroline Chomy  
[carolinechomy-vannerie.fr](http://carolinechomy-vannerie.fr)

Clara Holt ceramics  
[claraholt.com](http://claraholt.com)

Cléa Malbezin, Demoiselles d'Anjou  
[demoisellesdanjou.com](http://demoisellesdanjou.com)

Emmanuelle Musset, By Manet  
[bymanet.com](http://bymanet.com)

Lucile Viaud, Ostraco  
[atelierlucileviaud.com](http://atelierlucileviaud.com)

Malakio  
[malakio.com](http://malakio.com)

Maud Lelièvre  
[maudlelievre.com](http://maudlelievre.com)

Moana Céramiques  
[moana-ceramiques.com](http://moana-ceramiques.com)

Pascal Jaouen  
[www.pascaljaouen.com](http://www.pascaljaouen.com)

Pauline Calippe  
[www.instagram.com/paulinecalippe](http://www.instagram.com/paulinecalippe)

Trigoriou, Pierre-Yves Carlot  
[www.trigoriou.bzh](http://www.trigoriou.bzh)

*Chefs  
Invités*

Adrien Cachot  
[instagram.com/adriencachot](https://www.instagram.com/adriencachot)

Jean-Rémi Joly, Maison Joly  
[maison-joly.com](http://maison-joly.com)

Dominic Quirke, Pickles  
[pickles-restaurant.com](http://pickles-restaurant.com)

Éric Guérin, la Mare aux oiseaux  
[mareauxoiseaux.fr](http://mareauxoiseaux.fr)

Fabrice Le Bret,  
lycée hôtelier de Dinard  
[lyceehotelierdinard.fr](http://lyceehotelierdinard.fr)



# Contributeurs

Ce carnet regorge d'inspirations, issues du superbe travail de créatifs culinaires, d'amoureux du patrimoine breton. Nous souhaitons à nouveau les remercier de nous avoir autorisés à partager leur vision. Vous trouverez leurs coordonnées ci-après.

Frédérique et Lionel Henaff, Allium  
[restaurant-allium.fr](http://restaurant-allium.fr)

Hervé Bourdon,  
Le Petit Hôtel du Grand Large  
[lepetithoteldugrandlarge.fr](http://lepetithoteldugrandlarge.fr)

Hugo et Olivier Røellinger,  
le Coquillage  
[maisons-de-bricourt.com/fr](http://maisons-de-bricourt.com/fr)

Jean-Alexandre Ouaratta,  
le Beluga, l'Agapa  
[lagapa.com](http://lagapa.com)

Julien Hennote, le Pourquoi Pas  
[castelbrac.com](http://castelbrac.com)

La Cabane à Manger  
[lacabaneamanger.com](http://lacabaneamanger.com)

Les Sardines à la Plage  
[instagram.com/lessardinesalaplage](http://instagram.com/lessardinesalaplage)

Loic Le Bail, Brittany & Spa  
[hotel-brittany.com](http://hotel-brittany.com)

Lucie Berthier Gembara, Sépia  
[sepia-restaurant.fr](http://sepia-restaurant.fr)

Ludivine et Raphaëlle, Louzou  
[louzou.fr](http://louzou.fr)

Meraki  
[meraki-nantes.com](http://meraki-nantes.com)

Mathieu Pérou, Manoir de la Régate  
[manoirdelaregate.com](http://manoirdelaregate.com)

Matthieu Pasgrimaud, Le 1825  
[domainedelabrulaire.fr](http://domainedelabrulaire.fr)

Nicolas Conraux, la Butte  
[labutte.fr](http://labutte.fr)

Nicolas et Mathieu le Tirand, Sources  
[restaurant-sources.com](http://restaurant-sources.com)

Olivier Beurné, l'Amphitryon  
[amphitryon-orient.com](http://amphitryon-orient.com)

Origines bistro-microbrasserie  
[origines-rennes.fr](http://origines-rennes.fr)

Otonali, Breizh Café  
[breizhcafe.com/otonali](http://breizhcafe.com/otonali)

Patrick Saigot, Bistrot Bao  
[instagram.com/bao\\_groix](http://instagram.com/bao_groix)

Régis Ferey, Ferrandi Rennes  
[instagram.com/fereyregis](http://instagram.com/fereyregis)

Sébastien Martinez,  
Le Moulin de Rosmadec  
[rosmadec.com](http://rosmadec.com)

Virginie Giboire, Racines  
[racines-restaurant.fr](http://racines-restaurant.fr)

**Ferrandi Paris  
& Campus de Rennes**

**Institut Paul Bocuse  
Lycée hôtelier de Dinard  
Yvon Bourges**  
Nicolas Lagrange, Youn Brigaudeau,  
Eva Esteurs, Natacha Morin,  
Corentin Pinaud

*Photographes*

Elsa Roussillat  
[elsaroussillat.fr](http://elsaroussillat.fr)

Franck Hamel  
*Photographe auteur à Rennes,  
formateur Territoires Comestibles  
photographe-culinaire.net*

Hervé Thernissien  
[herveternisien.com/galleries.php](http://herveternisien.com/galleries.php)

Mathieu Levesque  
[mathieulevesque.com/fr](http://mathieulevesque.com/fr)

Nolwenn Humeau  
[heolgwenn.com](http://heolgwenn.com)

Pauline Bernard  
[studiopoline.fr](http://studiopoline.fr)

Paul Stefanaggi  
[paul-stefanaggi.com](http://paul-stefanaggi.com)

Studio Mixture  
[www.studio-mixture.fr](http://www.studio-mixture.fr)

**Elles.ils nous ont ouvert les  
portes de leurs archives :**

Oriane Badoual  
*Photographe et designer culinaire  
engagée, côtes d'Armor  
orianebadoual.fr*

Elodie Villalon  
*Photographe spécialisée en savoir-faire,  
artisanat et projets engagés.*

*Bretagne. France. Canada  
elodievillalon.com  
@elo.villalon*

*Merci !*



# Ouvrages inspirants

Nous avons eu plaisir à nous plonger dans ces ouvrages pour partir à la découverte du patrimoine culinaire, des habitants et des territoires bretons. Nous vous invitons à faire de même pour continuer ce délicieux voyage...

**Bretagne, des recettes et des  
rencontres, Valérie Lhomme,  
Berengère Abraham,  
éditions Mango Art de vivre, 2020**

**Bretagne, Food trip iodé en 100  
recettes, Catherine Roig, Emanuela  
Cino, éditions Hachette, 2022**

**Étapes N° 217 Visual food,  
janvier-février 2014**

**Étapes Hors-série, Food & Design,  
octobre 2017**

**Gastronomie traditionnelle de  
Bretagne, Simone Morand,  
éditions Gisserot, 1989**  
\*réédité en 2001.

**Hors Série Tourisme Bretagne,  
revue Espaces, 2022**

**La Bretagne à travers la carte postale  
ancienne, Marie-Christine Biet,  
éditions Hervé Chopin, 2017**

**La Bretagne pittoresque et  
légendaire, Paul Sébillot,  
éditions Daragon, Persee, 1911**

**Le Grand Livre du Marketing  
Culinaire, Virginie Brégeon,  
éditions Dunod, 2017**

**Ma cuisine bretonne Gourmande &  
responsable, Pierre de Wailly, Nicolas  
Conraux,  
éditions du Val de Grâce, 2022**  
\* Coop Breizh

**Paysans designers, l'agriculture  
en mouvement, Constance Rubini,  
musée des Arts décoratifs et du  
Design, Bordeaux, 2021**  
\* Madd Bordeaux

**Portrait identitaire de la Bretagne**  
> sur Calameo

**Pour une Révolution Délicieuse,  
Olivier Røellinger,  
éditions Fayard, 2019**

**Sarrasin, Breizh Café,  
éditions la Martinière, 2022**

*Notes  
et croquis*



# Remerciements

Nous souhaitons remercier particulièrement tous les acteurs du territoire qui se sont déplacés pour participer aux ateliers à l'été 2022 et qui ont joué le jeu de la co-création ; aux coordinateurs de destinations ; aux équipes de la Région Bretagne qui ont contribué à la conception et à la finalisation de cet ouvrage, aux photographes et designers qui ont accepté que leurs créations figurent dans ce carnet collectif, aux superbes lieux inspirants et aux hôtes des ateliers.







# Carnet d'inspiration *n.m.*

Petit registre de poche pour inspirations 100% bretonnes.  
Assemblage d'idées et de références, numérique ou papier,  
de Bretagne et parfois d'ailleurs.  
À mettre entre toutes les mains pour stimuler la créativité.  
Risque d'envie de changement après lecture.

---

Karned awen

**Keginañ**

al Lec'h touristel

**Bro Breselien**

Cadernet d'inspirézon

**Qhézinaije**

de l'Aboutée touristique

**Forêt de Paimpont**



En partenariat avec



Jun 2023

Conception du carnet : Elise Huneau, Lucie Bolzec, Virginie Brégeon

Rédaction : Design culinaire - Elise Huneau, Lucie Bolzec, Virginie Brégeon ; Introduction et ouverture/patrimoine culinaire - Virginie Brégeon

Relecture : Leslie Hébert

Iconographie : Les crédits sont mentionnés sur chaque planche d'inspiration, les contributeurs majeurs sont présentés en pages 262-265 de cet ouvrage. Certaines photographies sont réalisées par les auteures. Illustrations réalisées par les auteures.

Méthodologie des ateliers ADN : Ti HUB Région Bretagne, Lucie Bolzec et Elise Huneau (Agence Papillote), Virginie Brégeon (Histoire de Goûts/Territoires Comestibles), Anne Le Gars, Gaëlle Cornibert.