



ZAABÄR - UN ATELIER TOUT CHOCOLAT

Bruxellois ou non, tu connais probablement le chocolatier Zaabär si tu te balades parfois du côté de la chaussée de Charleroi. Une grande vitrine donne sur la rue, à travers laquelle tu peux souvent apercevoir des artisans chocolatiers en herbe tenter de créer pralines et autres mendiants sous le regard sévère mais non moins compatissant du maître chocolatier.

Je suis Zaabär depuis le début car j'apprécie particulièrement son concept et son image et en plus, l'atelier est situé juste en face de chez Mmmmh! où j'aime bien flâner. J'ai eu la chance de m'y rendre jeudi dernier avec une poignée d'autres blogueurs pour un atelier chocolat et cette fois-ci, c'est nous qui avons animé la vitrine !

J'avais bien envie de te proposer une recette avec le chocolat Zaabär comme l'ont magnifiquement exécuté Greg de [Cook'n roll](#) et Giusi de [Like pie in the sky](#) mais j'ai préféré croquer goulûment dans les plaquettes de chocolat en lisant leurs belles recettes que d'en créer une moi-même. Tu connais certainement cela : il y a des périodes chocolat et des périodes moins chocolat. Disons que je traverse la première... Du coup, cet atelier tombait à point nommé pour assouvir cette pulsion chocolatière.

Et il faut dire que tu as vraiment envie d'en manger : tout l'univers Zaabär est là pour te rappeler que tu es faible devant le dieu cacao et que tu ne ressortiras pas de là avant d'avoir goûté à toutes les tentations de cet éden qui s'offre à toi. Aaargh, rien qu'à y repenser, j'irais bien y refaire un tour...



Nous avons fabriqué, de nos petites mains, des truffes, des mendiants et une tablette de chocolat et nous sommes tous repartis avec nos créations que j'ai fait goûter chez moi sous le regard ébahi du mini sceptique.

L'atelier peut être privatisé, si tu veux mesurer tes talents à ceux de tes amis par exemple ou à ceux de ton patron, mais des cours libres y sont aussi organisés le samedi matin. Enfin, les enfants ne sont pas oubliés puisque tu peux y planifier l'anniversaire de ton adorable descendance à partir de 7 ans avec ses adorables copains qui, cette fois, ne repeindront pas les murs de ton salon, mais ceux de l'atelier Zaabär, une super idée, n'est-ce pas ?

Zaabär, tout comme la plupart des chocolatiers, utilise du chocolat de couverture (en y réfléchissant bien, seuls Marcolini, Benoit Nihant, Laurent Gerbaud et Jean-Philippe Darcis torréfient leurs fèves si je ne me trompe pas). A ce chocolat sont ajoutées des épices qui en font la signature de Zaabär . Ce que j'ai particulièrement apprécié, c'est la grande variété de chocolat noir. Parmi mes préférés, j'ai pointé celui aux noix de macadamia, ou encore à la cannelle et enfin, aux fèves de tonka. Si tu vas sur place, tu peux goûter tous les chocolats avant de les acheter. Attention à l'indigestion ! Autre petit détail que je trouve ludique, les chocolats sont emballés sous vide, ce qui donne à la tablette de chocolat, non seulement un chouette look, mais surtout garantit une fraîcheur de très longue durée !



Comme j'ai vécu le moment intensément, j'ai bien sûr oublié de prendre des photos pendant l'atelier pour pouvoir t'en parler correctement. Heureusement, d'autres blogueurs, très sympas, on

documenté leurs propos bien mieux que moi. Alors, tu peux toujours jeter un œil sur [Ma blog attitude](#) ou encore sur les [Miams de Mathilde](#)... J'adore ces rencontres entre blogueurs !!

Bref, si comme moi tu es à la recherche de goûts qui changent pour traverser tes crises chocolatières, je te conseille vivement d'aller faire un tour chez Zaabär.

Zaabär

Chaussée de Charleroi 125 - 1060 Bruxelles

Tél. : 02 533 95 80 - [Site](#) et boutique en ligne



LE TAN, UNE BELLE EXPÉRIENCE GUSTATIVE!

Quand j'ai appris que je souffrais de dysbiose, que je ne pourrais plus manger de sucre, ni de gluten, limiter le lactose et les protéines animales, je me suis rendue compte que les sorties resto allaient se raréfier. Quand tu expliques tes restrictions alimentaires aux gens, ils se disent que tu vas t'enterrer chez toi, avec ton bouquet de carottes devant Chasse et Pêche, qu'ils ne te reverront pas de sitôt, ternie ton image de fêtarde invétérée, jamais couchée et toujours prête à arpenter les estaminets de la capitale... Et puis, petit à petit, les occasions se sont enchaînées, je ne les ai pas déclinées et à chaque fois, j'ai trouvé un plat qui convient à mes petits soucis de santé. Mais il est des restos plus en phase avec ma manière de m'alimenter que d'autres et où le choix de la carte est plus que varié.

Au Tan, c'est carrément toute la carte qui m'est dédiée !! Rien qu'en lisant la carte, je suis envahie d'une vague de bonheur... Je n'ai que l'embarras du choix, ce qui ne m'arrive que très rarement. J'ai eu la grande chance d'aller deux fois au restaurant Tan, les deux fois accompagnées d'amies. Je t'entends déjà formuler un raccourci facile du type : « encore un resto de nanas », détrompe-toi ! Lors de mes deux visites, j'ai aperçu des hommes, des forts, le genre qui venait de couper du bois, de ceux qui ne se contenteraient pas d'un bouquet de carottes justement !

Tan, c'est une explosion de saveurs et une belle maîtrise de l'alimentation vive initiée par Pol

Grégoire ! Une petite mise en garde préalable s'impose pour toi qui n'es pas encore familier de ce type de cuisine : le plat est composé d'une protéine et de légumes, ou bien de céréales (je te l'ai déjà dit : oublie celles avec le tigre sur la boîte !) et de légumes mais on ne mélange pas les féculents, les protéines et les légumes. C'est une règle d'or dans ce type de cuisine que tu as déjà approchée en lisant mon article sur [les principes de base](#). Cela dit, mon amie C qui n'avait pas encore complètement intégré le principe (le lavage de cerveau commençait seulement à opérer !) a demandé du pain et nous avons reçu des galettes esséniennes à tomber par terre. Un jour, j'essayerai de les réaliser moi-même et je t'en ferai part.

D'abord, le cadre. Dès que l'on arrive dans la salle du resto (à l'étage, après avoir traversé le magasin bio), on est immédiatement enveloppé d'une atmosphère zen, tout simplement. Une partie est meublée de chaises noires et tables blanches tandis que, plus on se rapproche de la terrasse, plus le blanc revendique sa clarté. Oui, parce qu'il y a une terrasse, une vraie qui ne fait pas semblant et qui bénéficie du soleil assez longtemps dans la journée en été. Elle doit être également très agréable à l'heure du lunch. Promis, je testerai une prochaine fois.

La cuisine est ouverte sur la salle de restaurant.

Le personnel est très avenant et discret. On ne se sent pas oppressé pour commander dans la minute, tu as le temps d'hésiter à ton aise et de poser toutes les questions nécessaires sans avoir l'impression de déranger, ni d'être novice de ce type de cuisine (ou alors, la serveuse fait vraiment bien semblant !!).

La carte est assez variée. J'y suis allée deux fois en deux semaines et la carte avait déjà changé. Le chef privilégie les produits de saison. Les cuissons respectent les aliments, il s'agit de cuisson basse température pour conserver les nutriments intacts ou presque. Personnellement, je n'ai pas pris d'entrée, car le plat m'a suffi. Les portions sont correctes. On a encore une petite place pour le dessert (et quel dessert !).



En plat, j'ai opté pour le pavé de saumon label rouge mariné au pesto du sud, vapeur de légumes de

saison et champignons shiitake, noix de cajou et carvi, sauce crue aux herbes. Le pavé de saumon était parfaitement cuit, très savoureux, il fondait dans la bouche. Les sauces qui accompagnent le plat se marient à la perfection aux différents ingrédients, tu t'en doutes, rien n'est laissé au hasard. Les ingrédients utilisés ne sont pas ceux que tu as dans ton placard et les associations sont souvent surprenantes. C'est bien pour ça que tu te déplaces au restaurant, exactement parce que tu ne manges pas la même chose chez toi. En dessert, j'ai succombé littéralement au gâteau au chocolat au cacao cru. Cru, vegan, sans gluten, ni lactose et surtout sans sucre : une tuerie !



Côté boissons, la carte présente des vins bio bien sûr, sans sulfates de surcroît. En plus de la large sélection de vins, des boissons sans alcool sont proposées, comme le « Tis'up », un mélange de thé et de fruits sans sucre. J'ai testé le verveine-framboise, frais et très agréable ! En sortant du resto, j'en ai acheté un au magasin, qui, petit détail, ouvre jusqu'à 23 heures !



Si l'on veut parler des choses qui fâchent, je dirais que le budget est un peu élevé. Mais il est, selon

moi, justifié par la qualité des produits et le soin apporté à leur préparation. Il faut compter environ de 27 à 29 € pour un plat carné (de viande ou de poisson), et entre 22 et 23 € pour un plat végétarien.

Toi mon ami au nord du pays, sache que Tan a élu domicile à Anvers (De Burburestraat 6 - 2000 Antwerpen).

Je retournerai au Tan !

Tan - Rue de l'Aqueduc 95 - 1050 Bruxelles

02 537 87 87 - [site](#)

Magasin: du lundi au samedi, de 10h30 à 23 h

Restaurant: du lundi au samedi, de 12h à 14h et de 19h à 22h