

Fast food sain

Un nouveau concept de cuisine arrive à Nancy. Rapide et saine, la cuisson au wok a tout pour séduire.

Le wok a le vent en poupe. Livres, recettes... ce faitout asiatique a envahi les cuisines. Il permet une cuisine saine, quasi sans graisse. Une cuisson rapide qui permet de garder les nutriments, ceux des légumes notamment. Il n'est pas étonnant de voir s'ouvrir à Nancy un restaurant qui lui est consacré.

Le déjeuner peut devenir un véritable casse-tête. Manger vite, près de son travail, et si possible sainement. Dur de s'y retrouver. Le restaurant traditionnel s'oppose aux fast food, souvent rapides mais beaucoup plus riches en calories. Thomas Mirouel, un des associés du projet, explique que son restaurant se veut « un complément aux fast-foods », une véritable alternative en somme.

En cuisine, deux chefs originaires du Laos. Souvidh Thammathino manie le wok avec une certaine dextérité : « Je me suis inspiré des recettes asiatiques pour créer les sauces. Je les ai quand même adaptées aux goûts des Européens qui sont habitués à une cuisine moins épicée ».

Avec son compatriote Maurice Luu, ils servent les clients : « Notre objectif est de fournir trois woks à la mi-



En cuisine, le chef Souvidh Thammathino maîtrise la technique de cuisson au wok.

Photo Alexandre MARCHI

nute. La cuisson est très rapide. Tout est cuit au fur à mesure devant le client », ajoute Thomas Mirouel.

Les plats sont servis aussi bien sur place qu'à emporter, dans des boîtes en carton, qui rappellent celles qu'on peut voir dans les séries ou films américains. Le concept est anglo-saxon, tout comme

les baguettes. Plus d'angoisse, les pinces clipables arrivent, pour plus de facilité à finir son riz.

Un seul autre établissement de ce type existe en France, à Strasbourg. Si le succès se confirme, cela montrera que les Français, et particulièrement les Nancéiens, peuvent allier goût et diététique.

Asia Wok est le résultat d'un an de travail. Aux environs de 13 h, hier, le restaurant était bondé.

Effet de mode ou réel engouement pour cette cuisine ? Un nouveau concept est né.

■ Asia Wok, 27, rue du Pont-Mouja ; ouvert 7 jours sur 7.