

### Les bistrots gastronomiques

Née dans les années 90, la **bistronomie**, se définit par l'association de bons produits, d'une grande technique et surtout de convivialité.

Contraction des mots « **bistrot** » et « **gastronomie** », la bistronomie allie petits prix et cuisine inventive.

Les plats issus de la bistronomie sont concoctés à partir de produits bons, sains et simples.

Le bistrot, cet emblème français réputé plus chaleureux, plus festif que le solennel « restaurant » : on y mange bien et on y mange simplement, dans la bonne humeur, les plats sont simples, sans chichi.



La **bistronomie** c'est l'appropriation par des chefs talentueux de cet état d'esprit libertaire et détendu. Proposer de grands plats souvent en quantité raisonnable et sans trop compliquer l'assiette.

C'est **Yves Camdeborde** qui ouvre le bal en **1992**, à l'époque il travaille dans les cuisines du **Crillon**, le somptueux palace de la place de la Concorde, alors dirigées par le chef **Christian Constant**.

Amoureux de la grande gastronomie, mais fatigué par l'aspect guindé des grandes adresses et de leurs additions trop onéreuses, il ouvre **La Régale** dans le 14ème arrondissement parisien.

Terrines, œufs sur le plat, et autres vieilles recettes françaises sont à la carte. Toutes revisitées avec la technique et la rigueur de la cuisine gastronomique et surtout avec des produits frais, simples et bons.



Le succès est donc finalement au rendez-vous et la tendance s'inscrit durablement dans le monde culinaire.

Une nouvelle génération de chef s'inscrit dans cette tendance, aujourd'hui généralement définie par : petite salle, petite équipe, bons produits, belles techniques, ambiance

conviviale et additions à 30 ou 40€ tout au plus. La bistronomie se veut ainsi **simple et chic**.

D'une manière plus globale, la **bistronomie** semble avoir accompagné le regain d'amour des français pour leur patrimoine gastronomique, observé depuis le début des années 2000. Une gastronomie, qui enfin, ne se cache plus uniquement dans les cuisines des grands restaurants.

Une délicieuse recette « bistronomique » réalisée par Nadia : [Le tartare de boeuf aux olives](#)

Une autre réalisée par le chef Dominique Frérard : [Le tartare de sardines aux olives vertes](#)

*Crédits photos : <https://www.sequinsbyella.com>*