

Fanny Mijon, chef végane, se confie...

Elle avait fait une prépa, une école de commerce et travaillait dans la mode... Elle a tout quitté pour se consacrer à sa passion : la cuisine végane ! Formée sur le terrain, Fanny Mijon est aujourd'hui à la tête du restaurant The Friendly Kitchen (Paris 11^e), ouvert il y a quelques mois.

Par Aurore Esclauze



Fanny, raconte-nous d'où est venue ta passion pour la cuisine.

J'ai toujours aimé cuisiner, mais je n'ai envisagé d'en faire mon métier que lorsque je suis devenue végane. J'ai commencé par partager mes recettes sur un blog il y a quelques années avant de me professionnaliser !

Comment es-tu devenue végane ?

J'ai arrêté assez rapidement de manger de la viande (à l'adolescence) mais j'ai longtemps été une grande consommatrice de fromages et de produits laitiers en général. Il y a 5 ou 6 ans, j'ai découvert par hasard qu'il y avait de la présure dans les fromages, une enzyme présente dans le foie des veaux qui sert à coaguler le fromage. À partir de là, j'ai commencé à me renseigner sur le véganisme !

Avant d'être chef végane, tu as travaillé dans la mode...

Après une prépa et un master en école de commerce, je me suis orientée vers le métier de chef de produit. Mais les valeurs du monde de la mode ne sont pas les miennes... En revanche, je ne regrette pas l'expérience : j'ai appris énormément et cela m'a servi pour ouvrir mon restaurant par la suite.

Pour te professionnaliser, tu n'as pas passé de diplôme de cuisine.

Tu as appris sur le terrain.

Pourquoi ce choix ?

Il n'existe pas de CAP de cuisine végétalienne ni même végétarienne et il n'était tout simplement pas envisageable pour moi d'apprendre à travailler de la viande ! J'ai donc préféré travailler directement, en faisant d'abord des extras pour des restaurants véganes à Paris. J'ai été surprise de voir qu'ils étaient nombreux à me donner une chance !

Raconte-nous comment tu as créé ton restaurant.

C'est un projet que j'avais en tête depuis un moment. J'ai fait un business plan et j'ai lancé une campagne de financement participatif. Le nom, *The Friendly Kitchen* (qui est aussi celui de mon blog), était évident pour moi : il vient de la phrase « friends not food », les animaux sont nos amis et non de la nourriture.

Quelles sont tes inspirations en cuisine ?

En général, j'ai envie de travailler un produit de saison puis, à partir de là, je

réfléchis avec quoi je peux l'associer et comment jouer sur les textures.

Je ne cherche pas à reproduire des plats traditionnels. D'ailleurs, je suis plutôt inspirée par des personnalités anglo-saxonnes ou scandinaves... En fait, tous ceux qui cuisinent essentiellement des légumes et céréales, avec beaucoup d'épices et d'herbes !

Ta cuisine a-t-elle évolué ?

Elle est devenue un peu plus raffinée. Au fur et à mesure, je découvre de nouveaux produits et épices... J'apprends tous les jours ! J'ai envie de montrer que l'on peut se régaler en mangeant végane, que le repas peut être gourmand et copieux.

Quels sont tes projets ?

Le restaurant est tout jeune mais je commence déjà à développer les événements avec des chefs invités. À terme, j'aimerais aussi organiser des cours de cuisine ! ■



POUR LA SUIVRE !
Instagram @thefriendlykitchen

© CHIARA RUSSO, SHUTTERSTOCK



DES PÂTES BIO OUI... MAIS 100% FRANCE !



Blé dur cultivé en Camargue et dans le sud ouest

Semoule transformée en Rhône Alpes

Pâtes fabriquées en Ardèche dans nos ateliers

Séchage traditionnel à basse température = goût préservé



PRIMÉAL, LA PREMIÈRE FILIÈRE SOLIDAIRE BIO DE PROXIMITÉ 100 % FRANCE



La garantie d'une **traçabilité** et d'une **qualité optimale** du champ à votre assiette !