

Le contre-pied du fast-food : “fast-good” et “slow-food” !

loucreativefood.fr/le-contre-pied-du-fast-food-fast-good-et-slow-food/

Lou Creative Food



19 Juil Le contre-pied du fast-food : “fast-good” et “slow-food” !

Entre démocratisation de la tendance “healthy” et fait de société, nos rues vivent également depuis quelques années l’arrivée de nouvelles chaînes de type “fast good” et « slow-food ». Spécialistes de la préparation de menus équilibrés, ces nouveaux restaurants adoptent, comparativement aux fast food traditionnels, un positionnement plus respectueux de l’environnement, tout en exploitant les codes du fast food qui ont fait la réussite du concept : rapidité de préparation, livraison, mobilité (food truck), tarifs abordables...

Le Fast-food : une réponse aux nouveaux modes de vie

Après avoir conquis l’Amérique du Nord dans les années 1960, le fast food a conquis l’Europe et a suscité une grande excitation dans la culture populaire. On retrouve généralement la cuisine fast food au sein d’enseignes franchisées, privilégiant la rapidité d’exécution à la qualité nutritionnelle et gustative des produits. Pizzas, hamburgers, frites, nuggets, wings, milkshakes, boissons gazeuses et plus encore, sont les produits qui appartiennent typiquement au concept.

En réalité, cette tendance à l’alimentation express s’inscrit dans un bouleversement des modes de vie, accès sur le gain de temps, les journées à cent à l’heure réduisant drastiquement les séances cuisine et l’éclatement des moments de vie de famille.

A ceci vient donc s’ajouter la perte de certains aliments dans nos alimentations, à commencer par les fruits et légumes, entraînant une perte de connaissance tant sur le goût des aliments simples, que sur leur forme naturelle, auprès notamment des jeunes générations.

Aujourd’hui, forcés de prendre conscience qu’un tel rythme de vie n’est pas viable en plus de ne pas laisser de place à toutes les saveurs de la vie, une nouvelle tendance est apparue pour prendre à revers ces mauvaises habitudes de vie et remettre l’alimentation

au coeur d'un mode de vie sain, pour le corps, l'esprit et la nature.

La naissance des nouvelles enseignes pour une alternative plus saine

Plus que de se positionner sur une opportunité de marché, les fondateurs de ces nouveaux restaurant fast-good & slow food sont guidés par la conviction intrinsèque que les moments de repas doivent être pleinement intégrés à nos journées et se dotent pour mission de faire redécouvrir les plaisirs du bien-manger. Après tout, "nous sommes ce que nous mangeons"...

Cette conviction, c'est également celle portée par Lou et elle s'attache à vous faire (re)découvrir les potentiels des aliments de saison dans des recettes surprenantes. Chez Lou Creative Food, vous pourrez retrouver du poulet bio et du bacon dégraissé dans les wraps, des salades de saison mariant fruits et légumes, ou encore des pains riches et frais pour vos sandwiches ! Et comme manger bien ne signifie pas se priver, Lou propose également des desserts santé, des pâtisseries et des boissons, dans le respect de vos papilles gustatives et d'une alimentation responsable.

Cette introduction d'aliments plus sains s'inscrit en faveur de la transition écologique et du respect de votre santé. De plus, vous êtes désormais en mesure de consulter les valeurs nutritionnelles des aliments. Vous apporter de la transparence quand à l'origine et la contenance des produits que vous consommez est une priorité pour Lou Creative Food. Permettre à terme aux consommateurs d'améliorer la connaissance de ce qu'ils mangent, c'est aussi leur permettre de se responsabiliser sur le plan alimentaire.

La nouvelle tendance éco gastronomique : le Slow-food

Slow, ou l'idée de ralentir nos rythmes de vie et de prendre le temps de choisir de bons produits, de les cuisiner et de les savourer. Voilà la devise du mouvement Slow food.

En plus d'être pleine de goût, cette cuisine a l'avantage d'être très nourrissante, coupant toute envie de grignotage entre les repas et apportant toute l'énergie nécessaire au bon déroulement de vos journées !

Davantage préoccupés par leur santé, il est désormais question pour les consommateurs de temporiser. En effet, d'après une étude d'Arcade Research parue en 2017, la première motivation des français pour modifier leur alimentation serait la santé. Lou Creative Food prend à coeur d'y ajouter de nouveaux arguments : le plaisir de consommer des produits savoureux, et l'ambition de faire retrouver aux gens l'envie de respecter leur environnement.

Ce mouvement international venu tout droit d'Italie encourage les consommateurs à choisir des aliments simples, bons, savoureux, gastronomiques, variés et parfois oubliés.

Quand aux producteurs, ils suivent le mouvement en offrant des aliments propres, sans OGM ni produits chimiques, afin de préserver la biodiversité et respecter les patrimoines gastronomiques locaux. Enfin, le commerce équitable s'inscrivant également dans cette

logique Slow-food, les chefs sélectionnent désormais des produits plus justes.

A la maison, les consommateurs tendent également désormais à repenser leur alimentation et améliorent la diversification de leurs menus quotidiens. Pour certains professionnels, il n'est plus question de se précipiter au premier fast food lors de la pause déjeuner. Même au travail, on prend de plus en plus le temps de se préparer des plats équilibrés ou de commander au sein des enseignes de fast good & slow food.

Vous pourrez notamment retrouver les produits Lou Creative Food à emporter ou sur la plateforme Deliveroo et UBER Eats en livraison à votre domicile ou directement sur votre lieu de travail !