

Ride the Flavour

Les aventures de Damien & Léo



« **UN TOUR DU MONDE
DES SAVEURS** »
PARRAINÉ PAR LE CHEF
GRÉGORY COUTANCEAU

**Suivez les aventures
de Damien et Léo**

(articles, photos, vidéos
et recettes de cuisine)
sur www.ridetheflavour.fr.



« Un tour du monde ? En vélo ? Mais vous êtes complètement siphonnés ! » C'est ce que bon nombre de nos amis nous ont répondu à l'annonce de notre projet... Nul doute que nous ne nous serions pas lancés dans cette aventure sans un brin de folie. Mais ce tour du monde ne répond-il qu'à une impétueuse soif d'évasion, ou y aurait-il quelque chose de plus ?

Nous sommes deux jeunes ingénieurs, Damien et Léo, et avons décidé de mettre en attente nos carrières respectives pour nous lancer dans un projet d'envergure : un tour du monde. Nous avons passé un an à La Rochelle pour réfléchir et préparer ce voyage, qui a petit à petit pris de l'ampleur pour devenir Ride the Flavour, le tour du monde des saveurs en vélo électrique !

UN TOUR DU MONDE DES SAVEURS

Lors d'un tel voyage, il est impossible d'appréhender complètement les cultures que nous rencontrons. En revanche, toute culture s'exprime à travers une cuisine qui lui est propre et, plus encore, la cuisine est l'un des piliers identitaires de toute culture. Et ce n'est sûrement pas pour nous déplaire : nous ne sommes jamais

loin lorsqu'il s'agit de mettre la main à la pâte ou de déguster de nouvelles saveurs ! Nous avons donc rapidement décidé de nous focaliser sur cet aspect spécifique, l'alimentation, et de donner à notre projet les deux portées suivantes :

- Une portée culturelle, que nous avons appelée « A l'origine de la gastronomie ». De nombreuses cultures culinaires se portent à notre rencontre... Nous ne voulons pas les laisser filer et, plus encore, nous voulons les mettre à la portée de tous ceux qui nous suivent. Nous apprenons donc à cuisiner les plats locaux avec les meilleurs cuisiniers qui soient – les habitants, dans le but d'en écrire les recettes et de les partager via notre site internet.
- Une portée humanitaire, que nous avons appelée « A l'origine des aliments ». Au



cours de notre voyage, nous cherchons à rencontrer des acteurs du monde agricole (paysans, organisations paysannes ou associations) avec l'idée suivante : passer quelques jours avec eux pour découvrir leur vision de l'agriculture et, à l'aide de ces témoignages, comprendre les rouages du concept de souveraineté alimentaire. Parfois le courant ne passe pas... mais dans le cas contraire, nous essayons de nous impliquer autant que possible ; en les aidant sur le terrain mais surtout en réalisant des reportages photos/vidéos sur leurs engagements et activités. Dans ce domaine, nous voulons faire de Ride the Flavour un vecteur de solidarité, c'est pourquoi nous avons décidé que 20% des dons que nous recevrons iront à ces acteurs.

NOTRE ITINÉRAIRE

Notre aventure durera une année entière, pendant laquelle nous roulerons 20 000 km dans 27 pays grâce à un vélo à assistance électrique. Ce n'est pourtant pas un tour de l'Union Européenne, nous traverserons bel et bien 4 continents ! Jusqu'à présent, nous avons parcouru l'Espagne, le Maroc, le Portugal et l'Argentine... Nous sommes jour après jour émerveillés par ce voyage avec des paysages à couper le souffle, un dépaysement culturel constant, et surtout le hasard des rencontres !

Recette gourmande Gambas al Ajillos

Espagne

Pour 4 personnes

INGRÉDIENTS

400 g gambas, 6 gousses d'ail, 1 bouquet de persil, 2 petits piments, 1 verre de vin blanc, Huile d'olive, Sel

PRÉPARATION

Décortiquer les gambas, éplucher l'ail. Couper l'ail en fines lamelles et hacher le persil. Dans un plat en terre cuite, verser un fond d'huile d'olive et faire chauffer à feu vif. Une fois l'huile chaude, ajouter l'ail et le piment coupé en deux. Faire cuire pendant 2 minutes jusqu'à ce que l'ail se colore. Ajouter les gambas, le persil, un peu de sel et faire cuire pendant 2 minutes. Verser le vin blanc et mélanger. Couvrir et faire cuire pendant 5 minutes. Hors du feu, laisser reposer pendant quelques minutes puis servir.



"Le 6ème homme"



**2013-2014
SAISON
FORMAT
XX
AILES**

www.rupella-ublr.com
www.facebook.com/RupellaBasket

Rejoignez-nous !



UBLR
**UNION
BASKET
LA ROCHELLE**