



Les secrets de la cuisine De-Light

PAR ADWIN FONTEIN, CHEF AU CRYSTAL LOUNGE

Se faire plaisir à table sans frustration ? C'est désormais possible au Sofitel Brussels Le Louise, avec le concept De-Light proposé par le restaurant Crystal Lounge.

Véritable institution à Bruxelles, le Crystal Lounge est connu pour sa carte audacieuse qui sait s'adapter aux tendances culinaires du moment. Dernier exemple en date : l'adaptation du concept De-Light imaginé par Sofitel, qui associe cuisine gastronomique et faibles apports caloriques. La carte De-Light propose en effet des plats à la fois gourmands et diététiques, pour moins de 500 calories par repas. Une combinaison idéale pour tous ceux qui sont à la recherche d'une alternative plus saine pour leurs dîners.

Quand saveur rime avec simplicité

Inventive, goûteuse, raffinée... la cuisine De-Light a été imaginée pour répondre aux attentes d'une clientèle exigeante en matière de goûts et de textures. Pari réussi avec la carte développée par le Chef Adwin Fontein au Crystal Lounge, qui propose des combinaisons de saveurs inédites telles qu'un magret de canard pané aux fruits secs, accompagné de courge farcie aux légumes de saison. Car ici, les plats sont exclusivement préparés à base d'ingrédients frais et saisonniers, afin de garantir une expérience gustative unique.

Réalisée sans corps gras, cette cuisine est un mélange subtil d'équilibre et de surprise qui allie le meilleur de la cuisine française et les traditions culinaires locales. Ce mode de cuisson a toutefois été pensé de manière à conserver l'intégralité des saveurs et à éveiller tous les sens.

De-Light : un savoir-faire qui se transmet

A l'origine, le concept De-Light a été développé par le Chef Patrick Jarno du Sofitel Quiberon Thalassa sea & spa, un expert en matière de nutrition et de bien-être. Des techniques culinaires novatrices et un engagement incontesté en matière de goûts raffinés ont inspiré cette cuisine basses-calories. Aujourd'hui, nombreux sont les chefs Sofitel du monde entier

à le mettre à l'honneur dans leurs restaurants, à l'image du Chef Adwin Fontein. Chacun s'appuie sur l'expertise de Patrick Jarno et profite de son savoir-faire à travers des formations régulières pour réaliser une carte qui leur est propre. Evidemment, la mise en application du concept De-Light est contrôlée afin d'assurer aux visiteurs la qualité nutritionnelle des recettes proposées.

« Ils sont à la recherche d'un bien-être durable... »

Rencontre

« Depuis quelques années, je remarque que de plus en plus de clients s'interrogent sur la composition des recettes, s'intéressent au nombre de calories, demandent à supprimer des ingrédients trop riches... Ils sont à la recherche d'un bien-être durable, et la mise en place de cette offre De-Light permet de répondre parfaitement à ces attentes, en éduquant les palais et les consciences.

Pour élaborer ma carte, j'ai bien évidemment conservé la sobriété des principes De-Light, mais j'ai également souhaité mettre l'accent sur la créativité, avec des volumes, des jeux de couleurs... Pour moi, un plat réussi est une alchimie subtile entre le beau, le bon et le bien pour le corps et l'esprit. »

Restaurant Crystal Lounge - Sofitel Brussels Le Louise
 Avenue de la Toison d'Or, 40 - Gulden Vlieslaan - B.1050 Brussels
 Tel : +32 2 549 61 44 E-Mail : info@crystallounge.be
 Site : www.crystallounge.be

Adwin Fontein, Chef au Crystal Lounge

