



INTERVIEW

# NADIA SAMMUT

AUBERGE LA FENIÈRE

*Viure en conscience. Jamais les mots n'ont résonné de manière aussi forte qu'en ces temps de pandémie où nos repères se trouvent bousculés, où notre quotidien est amené à se redéfinir. Pour Nadia Sammut, qui incarne la nouvelle génération de cuisinières initiée à l'époque par sa grand-mère à Lourmarin dans le Luberon, cet état d'esprit va bien au-delà d'un choix. Malade cœliaque dès sa naissance, elle a fait de la vie son engagement, ses convictions, pour que le vivant soit plus que jamais un acte d'amour jusque dans l'assiette.*

## QUEL EST VOTRE ÉTAT D'ESPRIT AUJOURD'HUI ?

Cette période est source de beaucoup de questionnement mais aussi d'une prise de conscience de vivre la restauration autrement, loin du modèle classique. Lors du premier confinement, je me suis interrogée sur les raisons intrinsèques pour lesquelles nous allions au restaurant. Aujourd'hui, ce geste simple de se déplacer pour se nourrir est complètement remis en cause alors que l'acte de manger est le fondement intrinsèque du fonctionnement de notre corps. La nourriture est la base même de notre régénérescence quotidienne et il me tenait à cœur de pouvoir engager notre restaurant dans cette approche.

## COMMENT Y REMÉDIER VOUS ?

Je n'avais pas envie de faire de la vente à emporter car je trouve que cela dénature l'essence même d'un plat, cependant je souhaite continuer à faire vivre notre ADN, et j'ai donc investi dans une ligne de production de conserverie qui va me permettre de continuer à créer, à faire vivre notre cuisine et de proposer les plats emblématiques de ma mère et ma grand-mère en conserve tout en respectant l'ingrédient, sans ajout d'additif, en communion avec nos producteurs et toujours dans cette volonté d'une cuisine libre sans gluten.

## JUSTEMENT, CETTE CUISINE LIBRE, EST DEvenu UN CRÉDO FORT DE VOTRE DÉMARCHE...

Lorsque j'ai été diagnostiquée cœliaque, le chemin fut très long pour trouver ma place dans une société qui n'était pas adaptée à ma condition puisque tout ce que je mangeais me rendait malade. Cuisine Libre est née de ce besoin impérieux de redéfinir les lignes



et créer mon propre terrain de jeu dans lequel je puisse m'exprimer, basé sur une alimentation inclusive en réponse à ma problématique.

## EXPLIQUEZ-NOUS CE PROJET DE VIE...

Mes parents cherchaient à revendre le domaine familial et j'avais à cœur de voir cette entreprise familiale perdurer. En reprenant les rênes, c'était l'occasion pour moi d'exprimer mon désir d'entreprendre et de donner vie à un éco-système en phase avec mon quotidien, mettant en lumière



## COMMENT CETTE APPROCHE FUT ACCUEILLIE PAR LE PUBLIC ?

J'ai vécu un été très émouvant. Nous proposons deux services le soir, pour 12 personnes avec un menu en 12 et 14 services. Les retours furent très positifs, que ce soient des locaux ou des vacanciers venus de toute la France. Une enfant de six ans est venue me voir à la fin d'un service, c'était un rêve pour elle de goûter à ma cuisine. C'est extrêmement touchant lorsque tu te rends compte que tu réussis à faire bouger certaines consciences. Je cuisine avant tout pour les autres, en fonction de ce que je ressens à ce moment-là et le lien est d'autant plus fort quand ce genre de relation s'installe.



## CETTE PÉRIODE S'ACCOMPAGNE DE LA SORTIE DE VOTRE LIVRE. UNE CERTAINE REVANCHE SUR LA VIE ?

Construire un monde au goût meilleur a été pensé dans une vision positive, engageante et engagée. Je crois que, dans la vie, les valeurs les plus importantes sont la persévérance et l'abnégation et que si l'on se connecte à son soi profond, il faut aller jusqu'au bout de ce que l'on défend, toujours dans une démarche positive. J'ai calibré mon projet de vie dans ce sens depuis que je me suis relevée de ma maladie et c'est ce que je raconte dans ce livre. On retrouve quelques recettes mais je relate avant tout une histoire de vie et une véritable mise en lumière des bienfaits de notre agriculture sur notre alimentation.

une cuisine issue du vivant, sans gluten et sans lactose mais qui soit à la fois source de plaisir et de bien-être. J'ai donc décidé de prendre la suite de la cuisine de ma mère en 2018, avec mon propre univers et ma volonté de faire rentrer la gastronomie française dans les contraintes qui me sont propres.

## AUBERGE LA FENIÈRE

1680 Route de Lourmarin 84160 Cadenet  
Tél. 04 90 68 11 79

