



Tendances restauration 2025



les
halles
METRO

La restauration évolue à un rythme inédit, influencée par des consommateurs de plus en plus exigeants et soucieux de leur impact.

En 2025, la quête de bien-être, l'émergence de nouvelles saveurs, et l'engagement pour la durabilité redessinent le paysage du secteur.

Des superaliments aux alternatives sans viande, en passant par la montée en puissance des plats épicés ou encore l'explosion des produits d'épicerie premium, ce guide explore les grandes tendances qui pourraient façonner la restauration dans un futur proche. Vous y découvrirez comment les professionnels intègrent les principes de zéro déchet, s'adaptent aux nouvelles attentes en matière de partage et convivialité, et mettent en avant des produits locaux et circulaires – des ingrédients pensés pour minimiser les déchets et promouvoir une utilisation durable des ressources naturelles.

Si ces tendances représentent des défis, elles sont avant tout une formidable opportunité d'innovation pour vous, restaurateurs. Elles vous offrent la possibilité de réinventer votre offre et d'anticiper les attentes de vos clients, tout en restant compétitif dans un marché en perpétuelle évolution.

Nous espérons que ce guide vous apportera des clés pour vous démarquer, innover et prospérer sur ce marché en pleine mutation.

Bonne lecture

1

SANTÉ & BIEN-ÊTRE

PAGE 4

2

"SANS"

PAGE 16

3

SUCRÉ

PAGE 24

4

PARTAGE & CONVIVIALITÉ

PAGE 30

5

CULTURE FOOD

PAGE 38

6

PREMIUM

PAGE 46

7

EXPÉRIENCE

PAGE 52

8

CUISINE ÉCO-RESPONSABLE

PAGE 58



Santé & bien-être



En 2025, le grand public perçoit son alimentation comme une occasion d'améliorer sa santé et son bien-être, même au restaurant. Pour cela, il recherche des aliments non seulement savoureux, mais aussi bénéfiques pour le corps et l'esprit. Pour répondre à cette quête d'une alimentation saine, source de bien être, les restaurants ont un rôle clé à jouer.

1 LES SUPERALIMENTS

Ingrédients phares de l'alimentation saine, les superaliments sont de véritables concentrés de nutriments, de minéraux, de vitamines et d'antioxydants. Si des classiques comme les baies de goji ou l'açaï dont nous parlions dans notre édition de 2023 continuent d'être prisés, on voit émerger **de nouveaux superaliments plus locaux, comme le fonio ou le yacon.**

Ces aliments transforment chaque repas en une expérience à la fois de dégustation et de bien-être. **C'est manger bien pour se faire du bien** : un réel atout de fidélisation pour votre restaurant !

Les nouveaux superaliments qui ont la côte :

- **Le fonio** : céréale africaine ancestrale, le fonio est de nouveau sur le devant de la scène, car c'est un ingrédient aux multiples atouts : sans gluten, riche en fibres, en fer et en acides aminés essentiels. En plus de ces qualités, le fonio est aussi délicieux, avec son goût légèrement prononcé et sa texture légère, de noix ou de noisette grillée. Il peut ainsi être utilisé autant en salade qu'en accompagnement ou même dans des préparations de desserts.
- **Le yacon** : aussi appelé «poire de terre», le yacon est un tubercule originaire des Andes. Cet ingrédient atypique en France est apprécié des amateurs pour son goût sucré et juteux qui rappelle la pomme ou encore la pastèque. Mais, le yacon est

aussi un superaliment grâce à sa teneur importante en fructo-oligosaccharides, des sucres naturels qui favorisent la bonne santé intestinale. Il peut d'ailleurs être consommé aussi bien cru que cuit au four.

- **Les baies et les noix** : les baies et les noix sont un élément phare des superaliments depuis toujours. En 2025, la tendance se porte sur les amandes et les noix de macadamia, qui apportent des acides gras insaturés et des protéines végétales aux plats. Côté baies, les myrtilles passent du côté salé de vos menus, en rehaussant des sauces ou en accompagnement des viandes.
- **Le tamarin** : originaire d'Afrique, le tamarin est pourtant très utilisé en Asie, avec son goût acidulé prononcé. Ce fruit tropical est riche en antioxydants, vitamines et minéraux et s'accorde parfaitement avec des ingrédients au goût acide ou, au contraire, plus sucré.





Quelques idées de recettes avec des superaliments :

- Salade de fonio aux légumes rôtis, feta et herbes fraîches
- Tartare de yacon aux agrumes et graines de chia
- Saumon grillé avec sauce au tamarin et quinoa aux noix de macadamia
- Smoothie bowl aux myrtilles, banane et éclats d'amandes

Les superaliments permettent de faire d'une expérience au restaurant un véritable moment de bien-être, riche en bienfaits pour le corps et l'esprit.

N'hésitez pas à mettre en avant ces ingrédients dans votre menu, à choisir des noms de plats en référence à leurs bienfaits nutritionnels ou à les mettre en exergue sur une tablette de commande. Cela pourra attirer une nouvelle clientèle dans votre établissement, particulièrement sur le segment de la vente à emporter ou en livraison, qui connaît un intérêt grandissant pour des aliments plus sains et meilleurs pour la santé.

2 L'ALIMENTATION ANTI-STRESS ET ÉNERGISANTE

Si les superaliments sont riches en éléments permettant d'améliorer la santé physique générale, les consommateurs sont aussi à la recherche d'ingrédients permettant de mieux gérer leur santé mentale.

C'est un autre pilier du bien-être, qui a tout autant d'importance dans la restauration de demain. Les clients favorisent les produits qui allient saveurs et vertus relaxantes, qui les aident à mieux gérer leur stress et à maintenir un bon niveau d'énergie. C'est tout particulièrement important pour les repas consommés au milieu d'une journée de travail, souvent à emporter ou en livraison.

Les ingrédients anti-stress et énergisants ont le vent en poupe, tels que :

- **Le curcuma** : connu pour ses propriétés anti-inflammatoires et antioxydantes, le curcuma est une épice qui gagne en popularité en 2025. En effet, son principe actif, la curcumine, aide à réduire le stress oxydatif et à améliorer l'humeur. Le curcuma s'invite dans les menus sous forme de jus détoxifiants, de «golden lattes» (lait au curcuma) ou comme assaisonnement dans des plats variés. Son goût légèrement poivré et sa couleur dorée apportent une touche exotique à toutes vos recettes.
- **La lavande** : les super ingrédients ne sont pas forcément exotiques ! La lavande, par exemple, contient des composés actifs qui favorisent la détente et le sommeil. C'est un ingrédient de plus en plus prisé par une clientèle soucieuse de sa santé et de l'environnement. En cuisine, cette herbe aromatique peut être utilisée pour parfumer des desserts comme une crème brûlée à la lavande, des sorbets ou des infusions.
- **La camomille** : la camomille a toujours été populaire sous forme de tisane, pour apaiser l'esprit et favoriser un sentiment de détente et de bien-être avant le coucher. Les restaurateurs l'intègrent à leurs recettes, dans des smoothies, des biscuits ou des sauces. Cet ingrédient doux se marie d'ailleurs à la perfection avec des agrumes, du miel ou des épices comme la cannelle.

- **Le ginseng** : considéré comme un adaptogène, c'est-à-dire un superaliment qui aide le corps à lutter contre le stress, le ginseng est apprécié depuis des siècles en médecine orientale. Aujourd'hui, on le retrouve à la carte des restaurants, dans des boissons énergisantes, des soupes ou même des plats en sauce.
- **L'ashwagandha** : cette plante adaptogène venue d'Inde est prisée pour sa capacité à réduire le stress et l'anxiété, tout en améliorant la vitalité. C'est une plante au goût prononcé, presque de champignon, qui peut être intégrée en légère touche à des smoothies, des laits végétaux ou des desserts.

Point d'attention : les adaptogènes sont connus pour leurs effets probants sur l'organisme, et ne sont donc pas à prendre à la légère ! Veillez à ne pas dépasser les doses recommandées dans les préparations.



Quelques idées de recettes anti-stress et énergisantes :

- Smoothie anti-stress au curcuma, mangue et lait de coco
- Salade de quinoa au ginseng, légumes croquants et vinaigrette au citron
- Infusion glacée à la lavande et miel d'acacia
- Barres énergétiques à l'ashwagandha, amandes et cranberries
- Tisane apaisante à la camomille, zeste d'orange et cannelle



Les ingrédients anti-stress et énergisants permettent de transformer une expérience au restaurant en un véritable moment de détente et de bien-être.

Quelques conseils pour intégrer ces ingrédients dans votre menu :

Mettez en avant leurs bienfaits : indiquez sur votre carte les propriétés relaxantes ou énergisantes de chaque ingrédient.

Créez des plats signature : proposez des recettes mettant en valeur ces superaliments. Cela renforcera l'identité de votre restaurant.

Adaptez votre offre à la vente à emporter : ces plats et boissons se prêtent parfaitement à la consommation en dehors du restaurant.

Formez votre équipe : assurez-vous que votre personnel connaît les bienfaits de ces ingrédients pour conseiller au mieux vos clients.

3 LE MATCHA POUR INFUSER VOS MENUS

Qu'est-ce que le matcha ?

Le matcha est une poudre de thé vert japonaise finement moulue, obtenue à partir de feuilles de thé de haute qualité, appelées tencha.

Ces feuilles sont cultivées à l'ombre pendant les trois à quatre semaines qui précèdent la récolte, ce qui augmente la production de chlorophylle et d'acides aminés. Le matcha de bonne qualité est d'ailleurs d'un vert très vif et d'un goût complexe et riche, avec une pointe d'amertume.

En boisson, le matcha se déguste aussi bien chaud que froid, seul ou accompagné d'un lait de vache ou végétal. Cette poudre verte étonnante peut également s'intégrer à de nombreuses préparations culinaires.

Origines et traditions

Saviez-vous que le matcha est originaire de Chine ? C'est au XII^e siècle que cette préparation verte étonnante est introduite au Japon par le moine bouddhiste Eisai. Elle est ensuite devenue un des piliers de la cérémonie du thé japonaise, le chanoyu, qui célèbre l'harmonie, le respect, la pureté et la tranquillité.

Depuis quelques années, le matcha est devenu un élément phare de la culture des *coffee shops* branchés des villes, et se retrouve maintenant au menu de la carte des boissons chaudes de nombreux restaurants, au même titre qu'un golden latte, un mocca ou un chai.

Les bienfaits du matcha

Outre sa couleur étonnante et son goût prononcé, le matcha est également connu pour ses bienfaits sur l'organisme :

- **Riche en antioxydants** : le matcha contient une concentration élevée de catéchines, notamment l'EGCG, qui aide à combattre les radicaux libres et à prévenir le vieillissement cellulaire.

- **Booster d'énergie** : La caféine présente dans le matcha est libérée plus progressivement que dans un thé ou café classique. Cela en fait une alternative prisée, qui donne de l'énergie sans les pics et chutes associés au café.
- **Effet relaxant** : la L-théanine, un acide aminé abondant dans le matcha, favorise la relaxation tout en améliorant la concentration et l'humeur.
- **Détoxifiant naturel** : sa teneur élevée en chlorophylle aide à éliminer les toxines du corps et à purifier le sang.

Les différents types de matcha

Tous les matchas ne sont pas égaux, et leur qualité et leur prix dépendent de leur utilisation finale dans votre établissement.

- **Matcha de cérémonie (ceremonial grade)** : de la plus haute qualité, il est destiné à être consommé pur en boisson chaude. Il offre une saveur délicate, douce et umami, avec une légère note sucrée.
- **Matcha premium** : de qualité intermédiaire, il peut être bu pur ou utilisé dans des boissons transformées avec du lait ou d'autres ingrédients, comme du sirop de fraise.
- **Matcha culinaire (culinary grade)** : idéal pour la cuisine et la pâtisserie, il a une saveur plus prononcée et légèrement amère, ce qui le rend parfait pour équilibrer les plats sucrés.

Avant tout, quelques conseils :

Le matcha, avec sa saveur intense et ses notes végétales prononcées, nécessite un dosage précis. Il est recommandé de commencer par de petites quantités dans vos recettes et d'ajuster progressivement selon le goût souhaité, afin de ne pas écraser les autres saveurs. Pour préserver sa fraîcheur, sa couleur et ses arômes délicats, conservez-le dans un contenant hermétique, à l'abri de la lumière, de la chaleur et de l'humidité.

Comment intégrer le matcha dans votre cuisine ?

Le matcha est un ingrédient polyvalent qui ne s'utilise pas qu'en boisson ! Sa couleur verte et son goût de thé vert légèrement amer peuvent venir sublimer de nombreux plats et préparations plus traditionnelles :

- **Nouilles soba au matcha** : incorporez du matcha dans la pâte pour des nouilles vertes délicatement parfumées.
- **Sauces et vinaigrettes** : ajoutez du matcha à vos sauces pour poissons ou salades pour une note umami.
- **Marinades** : utilisez le matcha dans vos marinades pour viandes blanches ou tofu, associé à du gingembre et de la sauce soja.
- **Glace au matcha** : une douceur rafraîchissante qui marie la crème onctueuse au goût unique du matcha.
- **Mochis fourrés à la crème de matcha** : une spécialité japonaise qui ravira les amateurs de textures moelleuses.
- **Tiramisu au matcha** : revisitez le classique italien en remplaçant le café par du matcha.
- **Madeleines et financiers au matcha** : apportez de la couleur et une saveur subtile à vos pâtisseries traditionnelles.



4 LE SNACKING ET LES BARS À SALADE

Avec l'installation du télétravail et l'évolution des habitudes de consommation, les bars à salades et les assiettes de snacks - assiettes composées de plusieurs éléments en portions - sont de plus en plus populaires auprès de clients en quête de flexibilité et de légèreté dans leurs repas. Ces formats de repas, à la fois personnalisables et conviviaux, répondent parfaitement aux attentes des clients modernes, tout en offrant une grande flexibilité pour les restaurateurs.

Terminé les menus trop travaillés nécessitant de longues préparations. Les snacks sains sont frais, composés de beaucoup d'ingrédients bruts, comme des légumes crus ou juste snackés et des viandes ou poissons froids, et permettent d'optimiser les coûts en cuisine.



Les bars à salades ou snacks sains proposent beaucoup d'avantages pour vous autant que pour le client, comme :

- **Plus de personnalisation** : ces snacks permettent aux clients d'adapter leur repas à leurs préférences alimentaires, qu'il s'agisse de goûts personnels, de régimes spécifiques ou d'allergies; en composant eux-mêmes leurs assiettes.
- **Une meilleure flexibilité** : pour vous, restaurateurs, ces formats aident à intégrer facilement des ingrédients de saison, locaux et variés. Vous pouvez ainsi proposer une offre qui évolue au fil des mois, tout en valorisant les produits frais.
- **Optimisation des coûts** : en proposant des ingrédients modulables, vous maximisez l'utilisation de vos stocks et réduisez le gaspillage alimentaire. De plus, la préparation en amont de certains éléments facilite le service et améliore l'efficacité en cuisine.

Les assiettes de *snacking* sont idéales pour le partage et la convivialité. Elles permettent de proposer une sélection d'amuse-bouche ou de petits plats autour d'un thème ou d'une cuisine spécifique.

Par exemple, une assiette méditerranéenne avec de l'houmous, du tzatziki, des falafels, des olives marinées et du pain pita frais. Ou encore une assiette asiatique avec des rouleaux de printemps, des edamames, une salade de concombre épicée et des nouilles soba au sésame.

Privilégiez les ingrédients frais de vos halles METRO, car ceux-ci ne seront que très peu transformés. Pour que cette offre soit un succès, il faut aussi soigner la présentation des ingrédients. Mettez sur la fraîcheur, les couleurs vives et les associations de saveurs innovantes.

5 LES MICRO-LÉGUMES ET PLANTES RICHES EN NUTRIMENTS

Petits par leur taille, mais grands par leurs bienfaits ! Les micro-légumes sont des concentrés de nutriments qui se retrouvent de plus en plus sur les tables des restaurants.

Ces jeunes pousses sont les jeunes plantules de légumes, d'herbes aromatiques ou de plantes comestibles. Ils sont généralement récoltés 7 à 14 jours après la germination, lorsque les premières feuilles apparaissent. Leur petite taille n'enlève rien à leur richesse nutritionnelle ; au contraire, ils contiennent une concentration élevée de vitamines, minéraux, antioxydants et enzymes bénéfiques pour la santé.

Quels sont les différents types de micro-légumes ?

- **Micro-pousses de brocoli** : Riches en sulforaphane, un composé aux propriétés anticancéreuses reconnues.
- **Micro-pousses de tournesol** : source importante de vitamines A, B, D et E, ainsi que de minéraux comme le zinc et le sélénium.
- **Micro-pousses de radis** : contiennent de la vitamine C, du potassium et des antioxydants, avec une saveur légèrement piquante.
- **Micro-pousses de roquette** : Apportent du calcium, du fer et des vitamines A et C, avec une note poivrée.
- **Micro-pousses de betterave** : Riches en vitamines B, en magnésium et en manganèse, elles ajoutent une touche de couleur rouge vibrante.
- **Micro-pousses de chou rouge** : Fournissent des anthocyanes, des antioxydants puissants, et contribuent à la santé cardiovasculaire.

Les micro-légumes sont extrêmement polyvalents et peuvent être incorporés dans une grande variété de plats, des salades aux sandwiches, wraps, soupes, ou même dans les plats principaux de vos cartes. Ils peuvent servir d'accompagnement ou de décoration pour vos viandes, vos poissons ou vos plats végétariens.

Les micro-légumes sont aussi prisés pour leur esthétique ! Leurs couleurs vives, leurs formes délicates et leurs textures variées apportent une dimension visuelle très intéressante à vos plats. Ils permettent de sublimer vos créations culinaires tout en ajoutant des saveurs uniques, qu'elles soient poivrées, sucrées ou herbacées.



Quelles sont les recettes à faire avec des micro-légumes ?

- Salade de quinoa aux micro-pousses de betterave, feta et noix
- Tartine de pain complet, avocat écrasé et micro-pousses de radis
- Filet de poisson grillé avec une garniture de micro-pousses de roquette et citron
- Soupe froide de concombre garnie de micro-pousses de tournesol
- Smoothie vert aux épinards, banane et micro-pousses de brocoli



6 LES DESSERTS À BASE DE LÉGUMES

Si 2025 réinvente les desserts et le sucré pour une consommation d'ingrédients plus sains, cela passe aussi par l'utilisation de légumes à la place d'autres ingrédients moins bons pour la santé en pâtisserie. On observe un retour à la gourmandise qui privilégie le bien-être.

Ainsi, courgettes, patates douces, betteraves ou encore pois chiches s'invitent dans les préparations sucrées, apportant une texture moelleuse et un apport nutritionnel intéressant.

L'utilisation de légumes dans les desserts offre d'ailleurs de nombreux avantages gustatifs :

- **Texture et moelleux** : Les légumes comme la courgette ou la patate douce apportent une humidité naturelle qui rend les gâteaux plus moelleux et fondants. Ils permettent de réduire la quantité de matières grasses sans sacrifier la texture.
- **Apport nutritionnel** : En intégrant des légumes, les desserts deviennent plus riches en fibres, vitamines et minéraux.
- **Réduction du sucre et des graisses** : Les légumes peuvent remplacer une partie du sucre ou du beurre dans les recettes, ce qui réduit l'apport calorique global. Par exemple, la purée de betterave peut apporter une douceur naturelle et une belle couleur sans ajouter de sucre.
- **Originalité et innovation** : Proposer des desserts à base de légumes permet de se différencier et de surprendre les clients. C'est une occasion de renouveler votre offre et de mettre en avant votre créativité culinaire.



Quelques légumes phares dans les desserts

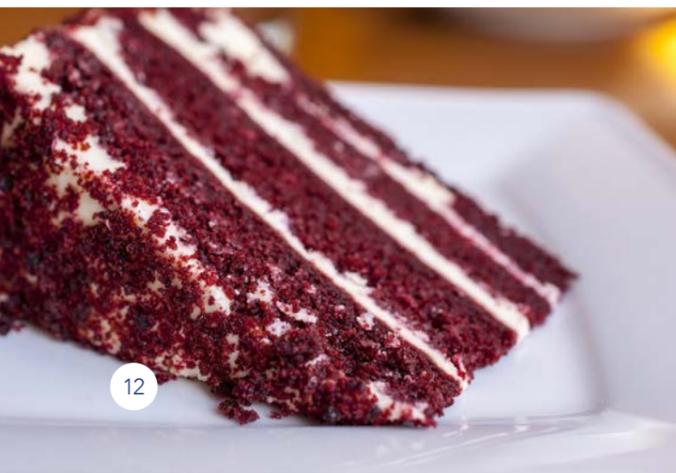
- **La courgette** : Neutre en goût, elle se marie parfaitement avec le chocolat. Râpée finement, elle apporte du moelleux aux cakes et brownies sans altérer la saveur.
- **La patate douce** : Sa saveur douce et légèrement sucrée en fait un ingrédient idéal pour les gâteaux, les tartes et les biscuits. Elle peut être utilisée en purée pour remplacer une partie du beurre ou du sucre.
- **La betterave** : Avec sa couleur rouge intense, elle donne une teinte naturelle aux desserts comme les cupcakes ou les cheesecakes. Son goût terreux se marie bien avec le chocolat noir.
- **Les pois chiches** : Transformés en purée, ils sont la base du «cookie dough» vegan et sans gluten. Ils apportent une texture crémeuse et sont riches en protéines végétales.
- **L'avocat** : Utilisé pour sa texture onctueuse, il est parfait pour les mousses au chocolat, les glaces ou les crèmes dessert. Il permet de remplacer les matières grasses animales.

En intégrant les desserts à base de légumes à votre menu, vous répondez aux attentes des consommateurs pour des options sucrées plus équilibrées sans sacrifier le plaisir. C'est une opportunité de vous démarquer, d'innover et de proposer une expérience culinaire unique à vos clients.

N'hésitez pas à expérimenter avec différents légumes et à laisser libre cours à votre créativité.

Quelques idées de recettes de desserts aux légumes :

- Brownie à la courgette et au chocolat noir
- Muffins à la patate douce et aux épices
- Cheesecake à la betterave et au citron
- Cookies aux pois chiches et pépites de chocolat
- Mousse au chocolat à l'avocat



Inspirations
Santé & bien-être





« Sans »



Les Français accordent de plus en plus d'attention à ce qui est dans leurs assiettes, mais aussi à ce qui ne devrait pas s'y trouver !

La mouvance autour du « sans » se poursuit encore en 2025. Elle concerne les plats, boissons ou aliments sans certains ingrédients, ce qui répond à des besoins spécifiques ou à des choix de vie.

Qu'il s'agisse de «sans viande», «sans lait», «sans alcool», ces tendances reflètent une volonté de mieux consommer, en harmonie avec sa santé, ses convictions et l'environnement.

1 SANS VIANDE

L'alimentation sans viande est un réel phénomène de société, motivé par des consommateurs soucieux de leur santé a utant que de l'environnement et du bien-être animal. En remplacement, ils cherchent des alternatives aux protéines animales. Vous pourriez leur proposer :

Les champignons

Les champignons sont une alternative de choix aux protéines animales. Des variétés comme les shiitakes, les pleurotes ou le lion's mane (crinière de lion) sont riches en nutriments et en umami, cette fameuse «cinquième saveur» qui apporte profondeur et satisfaction aux plats. En plus de leur goût prononcé, ils offrent une texture charnue rappelant celle de la viande, ce qui permet de créer des recettes végétariennes savoureuses et réconfortantes.

Le marché des champignons spécialisés a d'ailleurs connu une augmentation de 20 % au cours des dix dernières années. Ils peuvent être intégrés dans une variété de préparations : grillés, en brochettes, incorporés dans des ragoûts, ou encore transformés en burgers végétaux.



Le seitan

Fabriqué à partir de gluten de blé, le seitan est apprécié pour sa texture proche de celle de la viande. Riche en protéines, il est très malléable en cuisine et peut être grillé, sauté ou mijoté.

Ce substitut polyvalent peut être décliné de nombreuses façons : brochettes de seitan mariné avec des légumes grillés et sauce à la menthe pour un plat estival, ou un Seitan sauté aux légumes et sauce teriyaki pour une option d'inspiration asiatique. Pour un plat réconfortant, proposez un ragoût de seitan aux champignons et vin rouge, qui rappelle la texture des plats mijotés à la viande.

Les légumineuses (lentilles, pois chiches, haricots)

Ces ingrédients, utilisés dans des plats comme les boulettes ou les galettes, sont riches en fibres et en protéines. En plus d'être peu coûteuses et faciles à cuisiner, les légumineuses offrent une base solide pour des plats végétaliens nourrissants. Pensez à un curry de lentilles corail au lait de coco ou des falafels de pois chiches accompagnés d'une sauce tahini.

Les pois

Utilisés dans des produits comme les steaks dans les burgers végétaliens, les pois sont riches en protéines et imitent très bien la texture de la viande. Ils sont une excellente source de nutriments pour les régimes végétariens et végétaliens.

Proposez par exemple un burger végétal de pois, garni d'avocat, de jeunes pousses, et d'une sauce légèrement épicée. Les pois peuvent également être utilisés dans des tacos végétariens au pois épicé, garnis de chou croquant et de crème à la coriandre, pour une alternative savoureuse aux tacos traditionnels.



Le saviez-vous ?

Le marché des alternatives aux fruits de mer traditionnels, qu'ils soient à base de plantes ou cultivés en laboratoire, représente une nouvelle frontière dans l'alimentation durable.

Avec jusqu'à 90 % des stocks mondiaux de poissons surexploités ou épuisés, les consommateurs et les industriels se tournent vers des options qui imitent le goût et la texture des fruits de mer tout en ayant un impact environnemental moins important.

Le marché des fruits de mer alternatifs devrait ainsi connaître une croissance de plus de 30 % par an d'ici 2032, atteignant 758 millions de dollars.

2 SANS LACTOSE

Les laits végétaux ne cessent de gagner en popularité, non seulement auprès des végétaliens, mais aussi des consommateurs en quête de produits plus sains et durables. Cette tendance ne fait que grandir en 2025, et la plupart des restaurants, cafés et bistros proposent maintenant au moins une — voire plus ! — alternative(s) au lait de vache.

En plus des laits produits par fermentation de précision, une variété de laits végétaux est disponible, offrant des options pour tous les goûts et besoins nutritionnels :

- **Lait d'amande** : Léger et légèrement sucré, il est riche en vitamine E et en antioxydants. Il est idéal pour les smoothies, les céréales ou les pâtisseries.
- **Lait de soja** : L'un des premiers laits végétaux disponibles sur le marché, il est riche en protéines et souvent enrichi en calcium et en vitamines. Il est polyvalent et peut être utilisé en cuisine comme le lait de vache.
- **Lait d'avoine** : Crémeux et naturellement sucré, il est riche en fibres et en bêta-glucanes, bénéfiques pour la santé cardiovasculaire. Il est particulièrement prisé dans les cafés latte ou les sauces.
- **Lait de coco** : Avec son goût exotique, il est riche en acides gras à chaîne moyenne. Il est parfait pour les currys, les desserts et les boissons tropicales.
- **Lait de riz** : Léger et légèrement sucré, il est hypoallergénique et convient aux personnes allergiques aux noix ou au soja. Il est idéal dans les boissons et les desserts.
- **Lait de noisette** : Au goût prononcé de noisette, il est délicieux dans les chocolats chauds, les cafés et les pâtisseries.



En tant que restaurateur, proposer des alternatives sans lait animal est donc une nécessité. Cela vous permet d'élargir votre clientèle et de répondre aux besoins spécifiques de vos clients. Pour cela, proposez bien sûr des cafés lattés, cappuccinos et autres boissons chaudes avec des laits végétaux au choix. Les clients apprécieront de pouvoir personnaliser leur boisson selon leurs préférences ou leurs restrictions alimentaires.

Utilisez aussi des laits végétaux pour préparer les gâteaux, muffins, crèmes dessert ou glaces sans lactose. Mais cela se joue également au niveau de vos préparations culinaires : pensez aux crèmes à l'avoine ou au soja pour remplacer vos crèmes fraîches !



Le saviez-vous ?

La croissance du marché du "sans lait" est stimulée par l'émergence de technologies innovantes comme la fermentation de précision. Ce procédé permet de produire des laits végétaux à partir de levures ou de champignons, imitant les protéines du lait animal tout en étant totalement exempts de produits d'origine animale.



3 SANS ALCOOL

Les moins de 35 ans consommeraient de moins en moins d'alcool et apprécieraient, voire privilégieraient, les options sans alcool lors de leurs sorties au restaurant. C'est une tendance qui ne touche plus seulement une poignée de personnes, mais qui se démocratise.

Les mocktails : l'alliance de la créativité et de la rentabilité

Les mocktails, ou cocktails sans alcool, sont devenus un pilier des cartes de boissons des restaurateurs avisés. Ils permettent de faire preuve de créativité en associant des jus de fruits frais, des sirops maison, des herbes aromatiques et des épices pour créer des mélanges avec un intérêt gustatif similaire à un cocktail alcoolisé.

Pour les restaurateurs, ces boissons représentent aussi une véritable opportunité économique. Le coût des ingrédients pour les mocktails est souvent plus bas que celui des cocktails classiques, tout en permettant de maintenir des prix similaires, ce qui augmente les marges.



Comment intégrer cette tendance dans votre restaurant ?

- **Élaborer une carte variée de boissons sans alcool** : Proposez des mocktails créatifs, des vins désalcoolisés, des bières sans alcool et des boissons fermentées comme le kombucha ou le kéfir.
- **Former votre équipe** : Assurez-vous que votre personnel est capable de conseiller les clients sur les boissons sans alcool, en mettant en avant les saveurs et les accords possibles avec vos plats.
- **Miser sur la qualité des ingrédients** : Utilisez des jus de fruits frais, des sirops artisanaux, des herbes et des épices pour créer des boissons originales et raffinées.

De même, des établissements comme **Yam'Tcha** à Paris innovent avec des accords mets-thé, remplaçant le vin par des thés d'exception pour sublimer les plats. Cette approche offre une alternative élégante et originale, appréciée par une clientèle curieuse et attentive à sa santé.

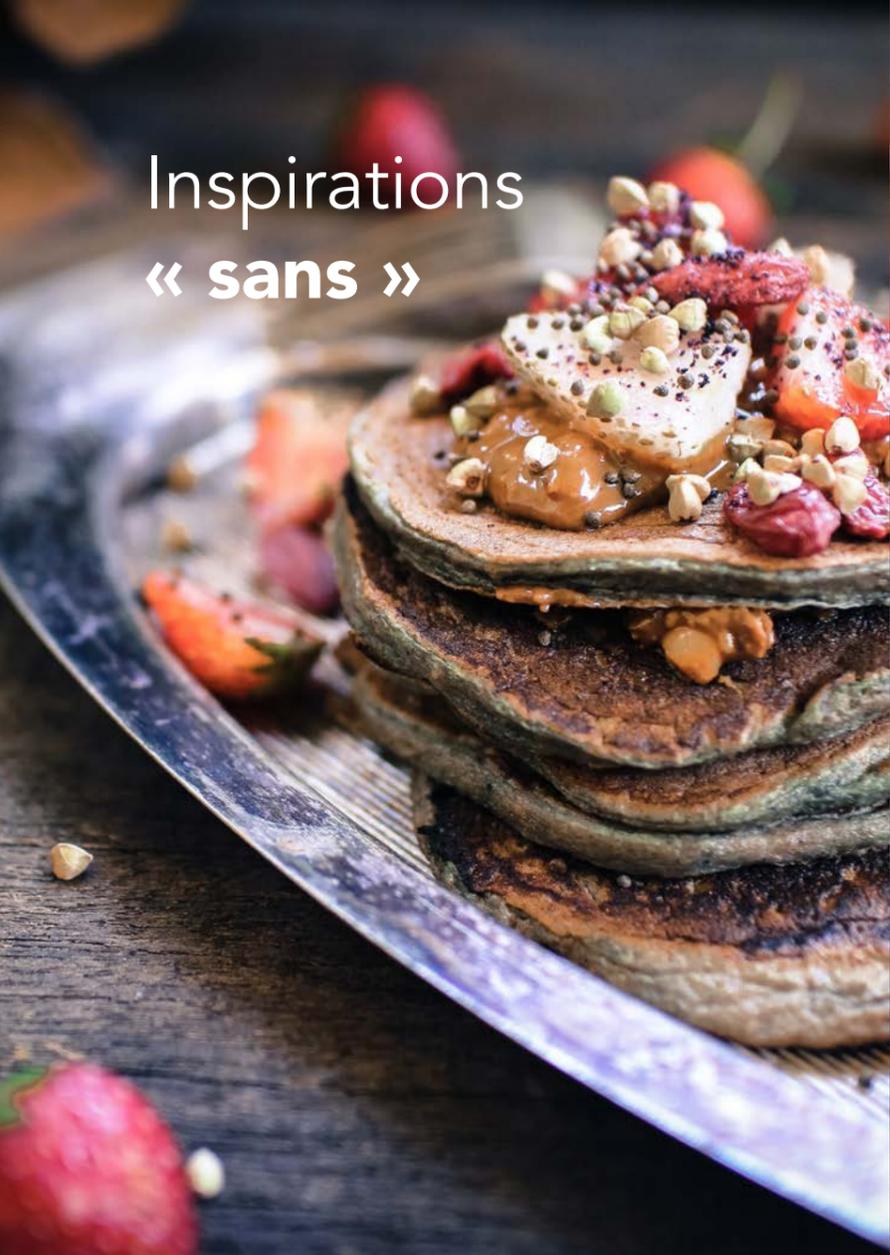
FOCUS COCKTAIL

Vous voulez créer une carte de cocktails qui met en valeur votre restaurant ?

Retrouvez toutes nos astuces dans notre [guide pratique](#).



Inspirations
« sans »





Sucré



2025 sera sucré ! Cette année, les tendances gourmandes sont au rendez-vous, faisant écho à des consommateurs qui cherchent à se faire plaisir tout en consommant plus sain.

Cette nouvelle approche du sucré permet aux restaurateurs de proposer des desserts et des boissons qui allient plaisir et bienfaits pour la santé, répondant ainsi aux attentes d'une clientèle en quête d'authenticité et de nouveautés culinaires.

1 LES BOISSONS ÉNERGISANTES

Autrefois critiqués pour leur teneur élevée en sucre et en additifs, les sodas se réinventent. Ils sont aujourd'hui enrichis en fibres, en vitamines et en minéraux qui peuvent améliorer la sensation de digestion ou apporter des bienfaits pour le système immunitaire.

Pour cela, les nouvelles boissons sont élaborées à partir d'éléments naturels, comme le gingembre, le curcuma ou les extraits de plantes, connues pour leur apport en énergie. Par exemple, un soda au gingembre fermenté peut apporter une note épicée tout en favorisant la santé intestinale. De même, des boissons à base de kombucha ou de kéfir gagnent en popularité, apportant des probiotiques bénéfiques pour l'organisme.

Ces boissons attirent un vaste public, des consommateurs de tous âges soucieux de leur santé digestive ou encore aux amateurs de bien-être et de produits fonctionnels.

Intégrez ces boissons dans votre restaurant :

- **Proposez une gamme variée :** Offrez à vos clients des options de boissons énergisantes naturelles, en mettant en avant leurs ingrédients.
- **Communiquez sur les bienfaits :** Informez vos clients des avantages fonctionnels de ces boissons, ce qui peut les inciter à les essayer.

En tant que restaurateur, proposer ces nouvelles boissons énergisantes ou aux multiples bienfaits vous permet non seulement de vous démarquer de la concurrence et de répondre aux attentes des consommateurs, mais aussi d'augmenter votre marge. En effet, ces boissons dites « fonctionnelles » justifient souvent un prix plus élevé qu'un soda classique.





2 LES SUCRANTS NATURELS

La prise de conscience des effets du sucre raffiné sur la santé a incité de nombreux consommateurs à chercher des alternatives plus naturelles. En 2025, cette tendance s'accélère avec un large choix de sucraants sains, permettant de conserver le plaisir du goût sucré tout en prenant soin de sa santé.

Les alternatives au sucre traditionnel

Pour réduire leur consommation de sucre raffiné, de plus en plus de consommateurs optent pour des sucraants naturels. Parmi les incontournables :

- **Le sirop d'agave** : issu de la sève de la plante d'agave, il a un pouvoir sucrant supérieur au sucre blanc, ce qui permet d'en utiliser moins. Son indice glycémique bas en fait une option intéressante pour les personnes surveillant leur taux de sucre.
- **Le sirop d'érable** : produit à partir de la sève d'érable, il apporte une saveur atypique et contient des minéraux comme le zinc et le manganèse. Il est idéal pour sucrer naturellement les crêpes, les gaufres ou les yaourts.
- **La stévia** : édulcorant naturel extrait des feuilles de la plante du même nom, la stévia est sans calories et a un goût très sucré. Elle est parfaite pour accompagner les boissons chaudes ou les desserts sans ajouter de calories.
- **Le yacon** : tubercule originaire des Andes, le yacon est transformé en sirop ou en poudre. Riche en fructo-oligosaccharides, il favorise une bonne santé intestinale et a un indice glycémique faible.

Les marques intègrent d'ailleurs de plus en plus ces sucraants alternatifs dans leurs recettes, notamment dans les boissons ou les desserts. Pour les restaurateurs, c'est l'occasion de proposer des options gourmandes tout en répondant aux préoccupations de santé de leurs clients.

- **Boissons sucrées au sirop d'agave** : Des thés glacés ou des limonades maison sucrées avec du sirop d'agave offrent une alternative moins calorique aux sodas traditionnels.
- **Desserts à base de dattes ou de miel** : Les dattes, riches en fibres et en nutriments, peuvent sucrer naturellement des pâtisseries comme les cakes ou les energy balls. Le miel, avec ses propriétés antibactériennes, peut remplacer le sucre dans les marinades ou les sauces.

Intégrer ces alternatives au sucre naturel dans votre restaurant vous permet de toucher une clientèle plus soucieuse de sa santé et d'innover dans votre cuisine.



3 LES FOOD TRUCKS SUCRÉS

Les food trucks ne se contentent plus de servir des burgers ou des hot-dogs : les desserts prennent désormais le devant de la scène, avec des camions spécialisés dans le sucré. Cette tendance marque un véritable retour à la gourmandise, souvent préparée juste devant les clients, où le plaisir sucré est célébré sous toutes ses formes.

Ces foodtrucks permettent aussi de toucher une toute nouvelle clientèle : mobiles, ils parcourent les rues, les festivals, les événements culturels et même les quartiers d'affaires et ne sont plus cantonnés à un seul lieu physique. D'ailleurs, nombreux sont ceux qui combinent le foodtruck à une boutique ou à un restaurant fixe. Cette mobilité offre une flexibilité horaire et géographique incomparable.

Crêpes, gaufres croustillantes, glaces artisanales, pâtisseries françaises revisitées, churros, cookies géants, beignets fourrés... l'offre est aussi variée qu'alléchante. Les desserts classiques côtoient des créations originales, parfois fusionnant des influences culinaires du monde entier.

Innovation et créativité au rendez-vous

Les food trucks sucrés sont également le terrain de jeu idéal pour l'innovation culinaire. Les artisans rivalisent de créativité pour proposer des desserts originaux, tant dans les saveurs que dans les présentations. On assiste à l'émergence de tendances comme :

- **Les desserts fusion** : mariage de traditions culinaires différentes, comme des crêpes garnies de saveurs exotiques ou des beignets inspirés de recettes asiatiques.



- **Les options personnalisables** : les clients peuvent composer leur dessert selon leurs envies, en choisissant les bases, les garnitures et les toppings. Cette personnalisation renforce l'engagement et la satisfaction clients.
- **Les ingrédients locaux et de saison** : mise en avant des produits du terroir, des fruits frais et des ingrédients de qualité, pour des desserts authentiques et savoureux.
- **Les alternatives saines** : propositions de desserts sans gluten, sans lactose ou vegan, répondant aux besoins spécifiques de certains consommateurs sans sacrifier le goût.
- **L'extrême gourmandise régressive** : Certains food trucks misent sur des desserts très sucrés et généreux, adoptant une approche régressive et poussée à l'extrême. Inspirés de concepts comme Yogurt Factory ou Yaoz, ces desserts hauts en calories et en toppings – bonbons, coulis sucrés, biscuits – rencontrent un grand succès auprès des jeunes adultes, qui apprécient ce plaisir sans complexes.

Les food trucks sucrés incarnent parfaitement le retour à la gourmandise. Ils répondent à une envie de plaisirs simples, authentiques et accessibles, tout en offrant une expérience culinaire disruptive.

Pour vous, restaurateurs, c'est une opportunité de diversifier votre activité, de renforcer votre présence sur le marché et de créer un lien unique avec vos clients.

Inspirations Sucré





En 2025, les clients recherchent de plus en plus de partage et de convivialité, même au restaurant. La connexion humaine se retrouve au centre des expériences.

Les restaurants ne sont alors plus seulement des lieux où l'on vient déguster de la cuisine, mais des espaces de rencontre, d'échange et de convivialité.

1 LE RENOUVEAU DES BOUILLONS

Les bouillons, ces établissements populaires du XIX^e siècle, connaissent un véritable regain de popularité en 2025. Symboles d'une cuisine simple, généreuse et accessible, ils proposent des plats faits maison à des prix défiant toute concurrence, le tout dans une ambiance conviviale et animée.

Ce retour en force est porté par des chefs renommés comme Thierry Marx, qui investissent dans ce modèle comme Le Bouillon du Coq, à Saint-Ouen, pour offrir une expérience culinaire gourmande et rapide.



Un concept historique remis au goût du jour

À l'origine, les bouillons étaient des restaurants bon marché où l'on servait du bouillon de viande aux ouvriers. Aujourd'hui, ils ont su se moderniser tout en conservant l'esprit d'antan.

À Paris, des lieux emblématiques comme le Bouillon Chartier, le Bouillon Pigalle ou le Bouillon République attirent aussi bien les locaux que les touristes. On y déguste des plats traditionnels français tels que :

- **Œufs mayonnaise** à 2,50 €
- **Poireaux vinaigrette** à 3 €
- **Coq au vin** à 12 €
- **Pot-au-feu** à 10 €
- **Île flottante** à 3 €

Ces prix imbattables, associés à une cuisine au service très rapide et convivial, rendent les bouillons extrêmement attractifs pour des clients de tous les âges et de tous les horizons.



Quelles sont les clés du succès des bouillons ?

Efficacité opérationnelle

- **Production en gros volumes** : Les bouillons proposent une carte restreinte de plats traditionnels, ce qui permet une préparation en quantité et une standardisation des processus.
- **Service rapide** : Grâce à une organisation maîtrisée, les clients sont servis rapidement, ce qui favorise une rotation rapide des tables.

Maîtrise des coûts

- **Achats en grande quantité** : L'approvisionnement en gros permet de négocier des prix avantageux sur les matières premières.
- **Menus simplifiés** : Une carte réduite limite les coûts liés aux stocks et au gaspillage alimentaire.

Ambiance conviviale

- **Grands espaces** : Les salles spacieuses et bruyantes créent une atmosphère chaleureuse et décontractée.
- **Tables rapprochées** : Favorisant les échanges entre clients, elles contribuent au sentiment de convivialité.

Accessibilité

- **Prix bas** : Des tarifs abordables attirent une clientèle variée, des étudiants aux familles en passant par les seniors.
- **Localisation stratégique** : Implantés dans des quartiers fréquentés, les bouillons bénéficient d'une forte visibilité.

En alliant l'authenticité du goût à la convivialité, la rapidité et un excellent rapport qualité-prix, les bouillons regagnent en popularité et attirent de nombreux nouveaux consommateurs.



Vous pouvez adopter certaines des techniques des bouillons pour intégrer cette tendance dans votre propre établissement :

- **Proposer une cuisine traditionnelle** : Mettez à l'honneur les plats emblématiques de la gastronomie française ou régionale.
- **Optimiser votre carte** : Limitez le nombre de plats pour faciliter la gestion des stocks et la préparation en cuisine.
- **Maîtriser les coûts** : En rationalisant les achats et en optimisant les processus, vous pouvez proposer des prix attractifs tout en préservant vos marges.
- **Créer une ambiance conviviale** : Aménagez votre espace pour favoriser les échanges, avec une décoration chaleureuse et un service attentionné.
- **Communiquer sur votre concept** : Mettez en avant l'histoire de votre établissement, votre démarche et les avantages pour vos clients.

2 LES TABLES COMMUNES

La convivialité passe aussi par l'agencement de votre restaurant. En 2025, les salles des établissements deviennent plus conviviales, avec de grandes tables d'hôtes qui permettent de dîner à plusieurs et de partager des plats avec d'autres convives.

D'ailleurs, des établissements emblématiques tels que Septime La Cave à Paris ont su moderniser ce concept en proposant des plats à partager dans une ambiance décontractée, accompagnés d'une sélection de vins naturels. À L'Ami Jean, également situé à Paris, les tables d'hôtes offrent des plats copieux comme les gibiers rôtis ou le pot-au-feu, servis dans de grands plats communs. Miznon, reconnu pour ses inspirations méditerranéennes, a comme plat signature le chou-fleur rôti entier à la fleur de sel, destiné à être dégusté en groupe, et la patate douce cuite entière au feu.



Pourquoi intégrer un concept type table d'hôte dans votre restaurant ?

Pour les restaurateurs, ce format offre plusieurs avantages :

- **Rotation rapide des tables** : les plats partagés permettent de proposer un menu et un service unique, ce qui permet d'optimiser le service et les horaires de réservation
- **Meilleure gestion des coûts en cuisine** : Des plats servis en grande quantité permettent de prévenir le gaspillage alimentaire et d'optimiser la rotation des stocks en cuisine
- **Plus grande fidélisation de la clientèle** : Ces expériences vous aide à vous démarquer de la concurrence et fidélise une clientèle qui reviendra autant pour la qualité de vos plats que de l'ambiance proposée.

Comment intégrer un concept proche des tables d'hôte dans votre restaurant ?

Pour adopter ce concept avec succès, sélectionnez avec attention les plats proposés « à partager » sur votre carte. Ils doivent combiner goût, facilité de service et optimisation des coûts. Veillez aussi à créer une ambiance chaleureuse dans toute la décoration de votre salle, pour favoriser les échanges. Cela passe aussi par une qualité de service irréprochable, combinant rapidité et attention. En outre, proposer des accords mets-vins bien pensés enrichit l'expérience culinaire et démontre votre expertise en matière de gastronomie partagée.

En misant sur un concept proche des tables d'hôtes, vous valorisez l'essence même de la restauration : l'art de partager, de savourer et de se rassembler.

Inspirations
Partage & convivialité



3 LA NOUVELLE "COMFORT FOOD"

La "comfort food" est un terme américain qui désigne la cuisine réconfortante. Ce sont souvent des plats simples, mais familiers, des petites madeleines de Proust qui font du bien au moral. En 2025, ce concept se modernise, avec les nouveaux comfort food, qui revisitent ces recettes emblématiques en leur apportant une touche gastronomique, à l'aide d'ingrédients de qualité ou de nouvelles techniques culinaires.

Des classiques réinventés par des chefs innovants

Cette tendance est déjà adoptée par de nombreuses chaînes dans les grandes villes, comme Big Mamma, à Paris, qui propose une version haut de gamme du traditionnel mac and cheese, enrichie de homard et d'une sauce à base de fromages affinés. À Londres, Frenchie revisite le grilled cheese avec du pain de campagne au levain et des fromages artisanaux, le tout accompagné d'une soupe d'oignons confits pour ajouter une profondeur de saveur.

Ce nouveau comfort food mise sur des ingrédients locaux et sur des techniques modernes, comme la cuisson sous-vide, pour obtenir des textures plus tendres et des arômes plus complexes.

Pourquoi intégrer le nouveau comfort food dans votre restaurant ?

- **Offrir une touche d'authenticité moderne** : Le nouveau comfort food permet de préserver l'essence des plats classiques tout en les adaptant aux goûts et aux attentes actuels.
- **Miser sur des ingrédients de qualité** : En utilisant des produits locaux et de saison, ou des ingrédients raffinés comme des fromages artisanaux ou des viandes mûrées, ces plats gagnent en prestige.
- **Attirer une clientèle variée** : Ce format plaît aux fins gastronomes, autant qu'à ceux qui recherchent des saveurs réconfortantes.

Comment intégrer le nouveau comfort food dans votre restaurant ?

Pour intégrer cette nouvelle tendance, revisitez de façon moderne des plats emblématiques, comme les lasagnes à la truffe et à la béchamel infusée au thym, la blanquette de veau en la servant avec une purée de panais et des carottes glacées ou les coquillettes au jambon. Utilisez pour cela des techniques modernes, comme la cuisson sous-vide ou des espumas, pour élever ces recettes à un tout autre niveau culinaire. Privilégiez les ingrédients haut de gamme et n'hésitez pas à innover !

Le nouveau comfort food peut être tout aussi bien une entrée qu'un plat ou un dessert, comme un tiramisu au matcha ou une tarte au citron déstructurée.

Quelques idées de recettes de nouveau comfort food

- Tartiflette revisitée au fromage de montagne et poitrine fumée servie dans des mini-cocottes
- Risotto crémeux aux champignons et truffe
- Tarte Tatin déstructurée
- Pavlova au caramel beurre salé et pommes confites

En intégrant ces recettes modernisées à votre carte, vous créez une offre qui séduit une clientèle en quête de nostalgie et d'authenticité, sans renoncer à la qualité et au goût !





Culture food

En 2025, les clients sont à la recherche de nouvelles saveurs. C'est pour cela que la *Culture Food*, qui vise à démocratiser des plats venus du monde entier, est une tendance phare de cette année.

Pour les restaurateurs, c'est une opportunité de proposer des plats authentiques, de revisiter les recettes traditionnelles avec des ingrédients locaux ou des techniques modernes, et de se positionner comme un lieu de découverte.

1 LA STREET FOOD

La street food, qui désigne la cuisine mangée sur le pouce, voire dans la rue, continue de gagner du terrain en 2025, aidée par le télétravail et d'un mode de vie urbain.

Les consommateurs sont de plus en plus en demande de plats rapides, savoureux et accessibles !

Des plats populaires et modulables

Des plats comme les burgers et les pizzas sont emblématiques de cette tendance. En 2025, cette offre se diversifie :

- **Les tacos** : venus du Mexique, les tacos s'ouvrent à de nouvelles influences avec des fillings inspirés de différentes cuisines : bœuf mariné façon bulgogi (Corée), porc effiloché à la sauce barbecue (États-Unis), ou encore crevettes grillées à la sauce piri-piri (Afrique). Leur préparation rapide et leur format pratique en font un choix idéal pour les clients pressés.
- **Les baos farcis** : Inspirés des brioches chinoises, les baos sont de petits pains cuits à la vapeur et garnis de viandes, de légumes ou de sauces exotiques. La chaîne Gros Bao en est le premier exemple : leur texture moelleuse et leur saveur délicate en font une option très populaire.

- **Les wraps au shawarma** : ce sandwich d'origine levantine se réinvente avec des garnitures modernes comme le poulet grillé épicé, le falafel ou des légumes rôtis, le tout enveloppé dans un pain plat.
- **Les gyozas frits garnis** : ces raviolis japonais se dégustent désormais en version street food avec des farces gourmandes, avec du canard, des champignons et truffes, ou encore des crevettes épicées.
- **Les onigiris farcis** : spécialités japonaises, ces boules de riz enroulées dans des feuilles de nori sont désormais proposées en version street food, comme chez Double, à Paris. Garnies de saumon mariné, d'avocat, ou même de viande épicée, ils sont pratiques et sains.





- **Les kebabs réinventés** : inspirés de la street food turque, les kebabs revisitent leurs garnitures en misant sur des produits de qualité : agneau grillé, légumes frais et sauces maison. Servis dans un pain pita ou une galette, ils deviennent des options saines et savoureuses.
- **Les hot-dogs internationaux** : revisité avec des ingrédients de qualité, le hot-dog s'adapte aux influences locales. On le retrouve agrémenté de kimchi (inspiration coréenne), de guacamole et jalapeños (inspiration mexicaine) ou encore de fromages affinés (inspiration européenne).
- **Les rouleaux de printemps nouvelle génération** : ces rouleaux frais vietnamiens sont revisités en version street food avec des garnitures créatives comme des fruits de mer, des légumes marinés, comme chez Rolls, à Paris.

La street food est bien plus qu'une tendance passagère : elle s'inscrit dans une demande durable pour des plats savoureux, pratiques et abordables. En intégrant ce type de cuisine à votre menu, vous offrez une expérience moderne et conviviale à vos clients, tout en optimisant votre activité.

2 EXPLOSION DE "L'ÉPICÉ"

Les saveurs piquantes sont de plus en plus appréciées des consommateurs, et se déclinent dans tous les formats, sauces et desserts, au point d'avoir créé des ruptures massives de stock de l'iconique sauce Sriracha après son buzz sur les réseaux sociaux. Les piments forts et les épices exotiques ne sont plus réservés aux palais aguerris !

Les piments tels que les ghost peppers, les habaneros et les piments de Calabre gagnent d'ailleurs en popularité auprès du grand public, particulièrement chez les Millenials et la Gen Z.

Comment intégrer l'épicé dans votre restaurant ?

- **Proposer des options de plats et snacks "extra-spicy"** : Introduisez des plats avec des niveaux de piquant variés pour satisfaire les amateurs de sensations fortes, qu'il s'agisse de sauces, de marinades ou de snacks.
- **Expérimenter avec le "swicy" (sucré-épicé)** : Ce mélange unique de sucré et épicé, populaire dans les snacks et desserts, peut s'appliquer à vos recettes. Par exemple, proposez des sauces pimentées au miel pour accompagner des wings, ou des cocktails épicés à base de fruits tropicaux.
- **Utiliser des épices pour enrichir vos plats** : au-delà du piment, intégrez des épices comme le curcuma, le sumac ou le pimentón dans vos recettes pour ajouter des saveurs complexes et exotiques sans nécessairement chercher l'intensité du piquant.



Quelques idées de recettes épicées à proposer

- Ailes de poulet "extra-spicy" au piment de Calabre
- Tacos au habanero et mangue
- Cocktail à la fraise et piment jalapeño
- Brownie au chocolat épicé

L'explosion de l'épicé en 2025 reflète une envie des consommateurs de sortir de leur zone de confort et d'expérimenter avec de nouvelles saveurs. En intégrant des options épicées à votre menu, vous offrez à vos clients une expérience sensorielle unique, tout en attirant une clientèle jeune et aventureuse.

3 SAVEURS D'ASIE

Parmi les saveurs venues d'ailleurs, la cuisine asiatique est toujours sous le feu des projecteurs. Mais, en 2025, elle se réinvente au-delà du traditionnel sushi ou pho. Les consommateurs recherchent des plats plus authentiques et typiques, boudant les restaurants dits "asiatiques" en faveur d'établissements japonais, coréens, thaïlandais ou vietnamiens, à l'identité culturelle et culinaire marquée.



Focus Japon : plus loin que les sushis

Si les sushis sont bien connus, d'autres plats japonais trouvent aujourd'hui leur place sur les tables européennes. Des plats comme les ramen, les soupes de nouilles riches en umami, la cinquième saveur, et les donburi (bols de riz garnis de viandes, poissons ou légumes) deviennent de plus en plus populaires dans les restaurants et les food trucks. Leur adaptabilité – avec des options végétariennes, véganes ou épicées – les rend attractifs pour une large clientèle.

Parmi les autres plats phares, on retrouve les yakitoris (brochettes de poulet grillé) et les okonomiyaki (crêpes japonaises garnies), qui offrent une cuisine japonaise gourmande, diversifiée et accessible.

Ces plats, faciles à partager et à déguster, permettent aux restaurateurs de proposer une immersion dans la culture culinaire japonaise au-delà des standards habituels.

Focus Corée : saveurs et fusion culinaire

Entre ses plats typiques, ses séries romancées et ses groupes de K-Pop, la Corée est au centre de l'attention d'une nouvelle génération de passionnés, qui recherchent des plats authentiques.

Ainsi, des plats populaires comme le bibimbap (bol de riz garni de légumes, viandes et œufs), les ramen coréens ou les sandwiches au bulgogi (bœuf mariné) gagnent en popularité, avec des versions adaptées à la street food. Le gochujang, pâte de piment fermentée emblématique de la Corée, le kimchi (chou fermenté) font également partie des ingrédients phares, que l'on retrouve même dans les enseignes de grande consommation.

Les éléments de la cuisine coréenne s'intègrent aussi dans la cuisine fusion : tacos au kimchi, burgers au bulgogi, et pizzas garnies de gochujang sont des exemples d'hybridation entre la Corée et les classiques occidentaux. Dans les années à venir, les amateurs de nouvelles saveurs seront d'autant plus curieux de découvrir et d'explorer les subtilités de la cuisine coréenne et d'autres horizons culinaires.

Comment intégrer les saveurs d'Asie dans votre restaurant ?

- **Miser sur la diversité** : des plats issus de différentes cuisines asiatiques pour attirer une clientèle curieuse et variée, comme des ramen japonais, du bibimbap coréen ou encore des pad thaï thaïlandais.
- **Offrir des options fusion** : adoptez une approche innovante en fusionnant des éléments asiatiques avec des classiques occidentaux, comme les tacos au kimchi ou les burgers au gochujang.
- **Travailler les textures et les saveurs exotiques** : les ingrédients asiatiques permettent de jouer avec une large palette de textures et de goûts. Enrichissez vos plats de citronnelle, de gochujang ou d'autres ingrédients phares de ces cuisines, et séduisez une toute nouvelle clientèle en quête de saveurs exotiques



Quelques idées de recettes asiatiques :

- Ramen au miso et légumes grillés
- Bibimbap au bœuf et légumes fermentés
- Pad thaï aux crevettes et cacahuètes
- Tacos fusion au kimchi et poulet grillé

En intégrant ces influences dans votre menu, vous offrez à vos clients une expérience gastronomique de qualité, entre authenticité et innovation. C'est une opportunité unique pour attirer une clientèle avide de découvertes et fidéliser par des plats riches en saveurs et en originalité.



4 PAS À PAS VERS LES SAVEURS AFRICAINES

En 2025, la cuisine africaine s'installe progressivement dans le paysage gastronomique international. Cette cuisine riche en saveurs, textures et épices est variée, colorée et délicieuse, attirant une clientèle en quête de nouvelles saveurs authentiques.

Des classiques de l'Afrique de l'Ouest et du nord

Les plats de l'Afrique de l'Ouest, comme le jollof rice – un riz épicé– et le mafé – un ragoût riche en sauce d'arachide, sont de plus en plus présents dans les restaurants européens. En Afrique du Nord, les saveurs sont marquées par des épices plus douces et des ingrédients méditerranéens, avec des plats comme le tajine et le couscous, des mélanges de cumin, de coriandre et de cannelle.



Quelques idées de recettes africaines à proposer

- **Brochettes de poulet suya (Nigeria)** : marinées avec un mélange d'épices pimentées, ces brochettes grillées sont parfaites pour une entrée ou un plat à partager.
- **Jollof rice (Afrique de l'Ouest)** : un riz parfumé aux tomates, piments et épices, idéal comme plat principal ou accompagnement.
- **Bobotie (Afrique du Sud)** : Un plat sucré-salé de viande hachée et d'œufs, cuit au four avec des épices douces, qui plaît pour sa richesse de saveurs.
- **Tajine de légumes au citron confit (Afrique du Nord)** : Ce plat mijoté, avec ses notes d'agrumes et d'épices, est parfait pour une option végétarienne.



En apportant des saveurs africaines, encore plutôt méconnues, sur votre menu, vous séduirez une clientèle avide de nouveautés et de découvertes gustatives. C'est un élément différenciant pour votre établissement, qui célèbre la richesse culturelle d'un continent aux multiples facettes.

Inspirations
Culture food





Premium



En 2025, la gastronomie évolue vers le haut de gamme, en réponse à des clients en quête d'expériences d'exception au restaurant. Les sorties au restaurant deviennent des moments qui doivent mettre en avant une expérience mémorable, des produits gastronomiques rares ou des tables sophistiquées.

Cette montée en gamme permet aux restaurateurs d'offrir une expérience unique, où chaque détail – des ingrédients aux couverts – est soigneusement pensé pour séduire les amateurs de gastronomie.

1 **PRODUITS D'ÉPICERIE GASTRONOMIQUE ET COLLABORATIONS AVEC DES CHEFS**

Les collaborations entre restaurateurs et producteurs de produits gastronomiques haut de gamme se multiplient, offrant aux chefs la possibilité de sublimer leur offre avec des ingrédients exclusifs et des produits signature.

Plutôt que de se limiter aux plats traditionnels, de nombreux établissements intègrent désormais des produits créés en collaboration avec des chefs de renom et des producteurs de qualité. Ces partenariats gagnant-gagnant permettent de proposer des sauces artisanales, des mélanges d'épices rares ou des ingrédients nobles comme les truffes, qui enrichissent le menu des restaurants sans complexifier la préparation en cuisine.

Pourquoi intégrer des produits d'épicerie gastronomique dans votre restaurant ?

- **Apporter un véritable plus gustatif :** Les produits haut de gamme enrichissent vos plats de saveurs profondes et uniques, tout en ajoutant une touche d'élégance et d'authenticité qui élève l'expérience culinaire.

- **Attirer une clientèle en quête d'exception :** Les amateurs de gastronomie apprécient de pouvoir emporter chez eux un peu de l'expérience de votre établissement. Des produits signature comme des huiles d'olive, des mélanges d'épices ou des condiments exclusifs permettent à vos clients de prolonger le plaisir à domicile.
- **Augmenter les ventes additionnelles :** Proposer une gamme de produits d'épicerie fine – que ce soit des snacks, des sauces, ou des condiments rares – diversifie l'offre de votre restaurant et vous permet d'augmenter vos ventes, tout en offrant à vos clients des souvenirs gourmands uniques.

Pas besoin de créer un plat entièrement dédié à une collaboration avec un chef. Vous pouvez simplement enrichir vos apéritifs ou assiettes à partager en y ajoutant des snacks comme des chips au foie gras ou des olives de qualité supérieure, ou en incorporant des produits signature, tels que la sauce Matshi, créée avec le studio The Social Food, dans vos recettes.



2 LES INGRÉDIENTS RARES ET EXOTIQUES

L'expérience au restaurant se premiumise, et cela passe aussi par l'utilisation d'ingrédients plus rares et exotiques, qui ajoutent une touche gastronomique haut de gamme aux plats.

Ces ingrédients, souvent difficiles à trouver et aux saveurs inimitables, sont de réels atouts coup de cœurs pour la fidélisation d'une clientèle exigeante, qu'il s'agisse d'épices provenant de contrées lointaines, de variétés anciennes de fruits et légumes, ou de produits de la mer issus de pêches responsables.



Quelques ingrédients rares et exotiques à intégrer dans votre carte :

- **La vanille de Tahiti** : Bien plus parfumée et florale que la vanille classique, la vanille de Tahiti est un ingrédient prisé des pâtisseries et chefs pour son arôme complexe.
- **Le poivre de Kampot (Cambodge)** : Ce poivre, réputé pour sa puissance aromatique et ses notes légèrement fruitées, apporte une saveur unique et exotique aux viandes grillées, aux sauces, ou même aux desserts chocolatés.
- **Le citron caviar (Australie)** : Petit agrume en forme de doigt, le citron caviar renferme des perles acidulées qui éclatent en bouche. Il est particulièrement prisé pour les plats de fruits de mer, les sushis, ou pour ajouter une touche fraîche et surprenante aux cocktails.
- **La spiruline fraîche** : Cultivée en France de manière écoresponsable, la spiruline est une algue riche en nutriments et en protéines. Sous forme fraîche, elle apporte une couleur verte intense et des notes marines délicates aux soupes, sauces, et plats végétariens.
- **Le safran de Taliouine (Maroc)** : Considéré comme l'un des meilleurs safrans au monde, celui de Taliouine est cultivé de manière artisanale. Il apporte une couleur dorée et des notes subtiles aux plats comme le risotto, la paella, et les desserts.



Intégrer ces produits premium vous permet non seulement d'attirer une clientèle curieuse et exigeante, en quête d'expériences gustatives uniques, mais aussi de renforcer l'image de votre établissement.

Ces ingrédients rares et exotiques sont aussi un atout économique pour votre établissement ! Malgré un investissement initial plus important que des ingrédients plus classiques, ceux-ci vous permettent de justifier un prix plus élevé par couvert.

3 ARTS DE LA TABLE ET DESIGN EXPÉRIENTIEL

Sortir au restaurant devient une expérience, dont le côté premium doit être reflété dans la décoration et l'ambiance de la salle. La vaisselle artisanale, les couverts au design élégant et la décoration intérieure sophistiquée sont devenus bien plus que de simples détails : ils contribuent à la signature de l'établissement et renforcent son identité.

Certains restaurateurs vont même plus loin, en collaborant avec des artistes ou des designers pour concevoir des ambiances immersives et uniques qui émerveillent les clients dès leur arrivée.

Cette tendance est déjà adoptée par de nombreux restaurants haut de gamme, comme Septime, à Paris, qui collabore avec des céramistes locaux pour créer leur vaisselle ou le trois étoiles Michelin Single Thread, en Californie, dont le moindre élément de vaisselle, des verres à eau en titane aux cuillères en bois sculptées à la main, sont issues de collaborations avec des artisans réputés.

Certains établissements, comme Enigma de Ferran Adrià à Barcelone, collaborent aussi avec des designers pour concevoir des décors immersifs. Enigma intègre des matériaux nobles, comme le marbre, et des lumières tamisées pour créer une ambiance mystérieuse, en accord avec son menu avant-gardiste. Ce concept permet de transporter les clients dans un autre univers, et chaque salle est pensée comme une étape d'un parcours gustatif.

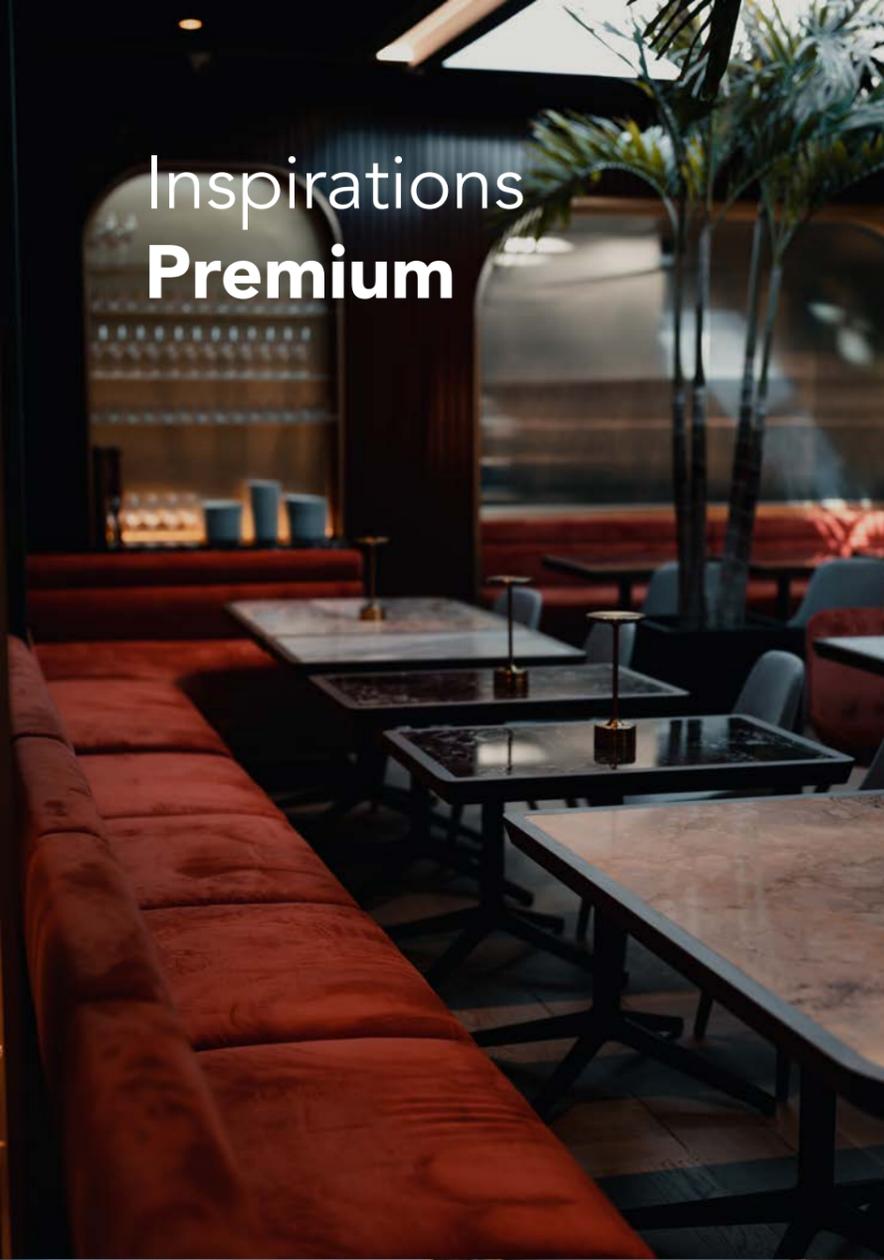
Pourquoi intégrer les arts de la table et le design expérientiel dans votre restaurant ?

- **Créer une ambiance mémorable** : Un design soigné et des arts de la table premium marquent les esprits et participent à une ambiance soignée, qui saura être appréciée de votre clientèle.
- **Renforcer l'identité du restaurant** : Les choix de vaisselle, de couverts et de décoration deviennent des éléments clés de la signature de votre établissement.



- **Attirer une clientèle exigeante** : Les clients en quête d'expériences uniques et immersives sont particulièrement sensibles aux détails visuels et sensoriels, et prêts à payer plus pour des expériences haut de gamme.
- **Les arts de la table et le design expérientiel sont bien plus que des éléments décoratifs** : ils enrichissent l'expérience client en créant un univers visuel et sensoriel unique. En intégrant des collaborations avec des artisans et designers, vous offrez à vos clients une immersion totale dans l'univers de votre restaurant, transformant chaque repas en un moment inoubliable.

Inspirations Premium





Les consommateurs modernes recherchent plus que du simple plaisir gustatif lors de leur venue au restaurant. Ils veulent vivre une véritable expérience qui sort de l'ordinaire.



Expérience

1 LA DÉCORATION : UNE IMMERSION SENSORIELLE

En 2025, la décoration des restaurants se hisse au rang d'élément central pour offrir une expérience immersive et multisensorielle. Elle ne se limite plus à un cadre esthétique, mais devient une porte d'entrée vers l'univers du restaurateur.

Certains établissements misent sur des décors audacieux, allant de jardins verdoyants à une ambiance rétro années 50 ou à un boudoir à jazz, comme les décors mystiques de **Sketch** à Londres. D'autres poussent l'immersion encore plus loin grâce à des innovations technologiques comme de l'éclairage interactif, qui permet de moduler couleur et intensité en fonction des plats servis, des sons d'ambiances naturels, qui plongent les clients dans des ambiances différentes ou même des senteurs spécifiques, qui ajoutent une dimension olfactive qui stimule l'expérience sensorielle.

Comment intégrer la décoration immersive dans votre restaurant ?

Pas besoin de repenser l'intégralité de votre décoration et de votre architecture pour rentrer dans la tendance. Vous pouvez simplement ajouter des touches de décor qui s'inspirent de votre menu, ou un parfum d'intérieur qui crée une identité forte pour votre restaurant.

Vous pouvez également ajouter des bougies, ou un éclairage plus tamisé, qui joue sur les contrastes, ou encore inviter des artistes ou designers à contribuer au décor avec des murs ou des pièces uniques.

Travailler sa décoration permet aux restaurateurs de se démarquer de la concurrence, en transformant chaque visite en un moment d'évasion. Cette approche immersive attire une clientèle curieuse, suscite le partage sur les réseaux sociaux, et permet de fidéliser des clients conquis.

2 LE CONCEPT MONOPRODUIT

Les restaurants spécialisés dans un seul produit, ou «bars concepts», continuent de séduire une large clientèle en 2025. En se concentrant sur un plat ou un ingrédient unique, ces établissements réinventent des classiques et se spécialisent dans des plats phares qu'ils maîtrisent à la perfection et qu'ils déclinent de plusieurs façons.

Le monoproduit est également un grand atout marketing, car il permet de créer une identité forte, facile à partager en communication à travers les réseaux sociaux.



Parmi les concepts monoproduits populaires, on retrouve par exemple :

- **Bars à coquillettes** : La célèbre pâte de notre enfance se transforme en un plat gourmet avec des variations comme les coquillettes aux truffes, les coquillettes au homard, ou encore les versions végétariennes à base de fromages affinés.
- **Bars à cordons bleus** : Spécialité revisitée dans des versions gourmandes et avec des produits nobles, comme du comté affiné 24 mois ou du jambon de petit producteur, le cordon bleu connaît un véritable regain d'intérêt de la part des gourmets.
- **Bars à grenouilles** : Plus rare mais tout aussi intrigant, certains établissements se spécialisent dans la préparation de cuisses de grenouilles revisitées en recettes modernes, comme les grenouilles en tempura avec une sauce thaï, ou grillées avec une marinade à l'ail et persil.
- **Bar à mozzarella** : Proposez des déclinaisons autour de la mozzarella – de la burrata à la mozzarella di bufala – accompagnées de garnitures de saison et de pains artisanaux.
- **Bar à gaufres** : Des gaufres déclinées en version sucrée et salée, avec des garnitures allant du chocolat fondu aux fruits frais, en passant par des options comme le saumon fumé et la crème à l'aneth.

Le concept monoproduit répond à la recherche d'authenticité et de simplicité, tout en offrant une expérience de dégustation précise et soignée. En misant sur la qualité, la créativité et l'esthétique, les restaurants monoproduits captivent les clients avec des déclinaisons de plats qui renouvellent l'intérêt pour des classiques familiaux.

Ce format crée aussi une identité forte et identifiable, qui séduit une clientèle curieuse et fidèle par la maîtrise d'un savoir-faire unique. Cela reste un concept parisien, ou de très grandes villes, parfois complété par un food truck. Il fonctionne notamment lorsque l'établissement peut drainer une clientèle très large.

Inspirations
Expérience





Cuisine éco-responsable

Avec une prise de conscience écologique grandissante pour les restaurateurs comme les consommateurs, les établissements se concentrent de plus en plus sur la réduction du gaspillage alimentaire, non seulement pour des raisons éthiques, mais aussi pour l'innovation culinaire.

1 RÉDUCTION DES DÉCHETS ET CUISINE DURABLE

Les clients ne sont pas les seuls à souhaiter une approche plus éco-responsable lors de leur sortie au restaurant. La cause environnementale est aussi chère aux restaurateurs modernes, qui cherchent à réduire le gaspillage alimentaire en adoptant une approche zéro déchet, qui transforme les déchets alimentaires en ressources utiles. L'objectif est de créer une boucle circulaire où chaque élément est utilisé au maximum de son potentiel, contribuant ainsi à un modèle de restauration plus durable et éthique.

Certains établissements pionniers transforment ainsi ce qui était autrefois considéré comme des déchets en ingrédients vedettes. Par exemple, les épluchures de légumes sont revisitées en chips, les restes de pain deviennent des puddings ou des croûtons aromatisés, et les parures de viande ou de poisson sont utilisées pour enrichir des bouillons ou des sauces.

Cette valorisation créative des « sous-produits » est aujourd'hui reconnue et récompensée, comme en témoigne l'Étoile verte du Guide Michelin, qui distingue les établissements engagés dans des pratiques écoresponsables.

En adoptant une démarche plus éco-responsable, vous pouvez :

- **Fidéliser une clientèle engagée :** Les clients sensibles aux pratiques durables seront séduits par une approche qui valorise les ressources tout en limitant les déchets.
- **Vous différencier sur un marché compétitif :** Les pratiques zéro déchet et circulaires, encore rares dans le secteur, permettent de se distinguer et d'affirmer une identité forte.
- **Valoriser les produits locaux :** Retrouvez dans vos halles METRO des produits issus de partenariats avec des producteurs locaux qui garantissent une qualité optimale et minimisent l'empreinte carbone.

Quelques idées pour un menu zéro déchet

- Chips d'épluchures de légumes
- Pudding aux restes de pain et fruits de saison
- Bouillon de parures de viande ou poisson

Adopter une démarche zéro déchet et circulaire est bien plus qu'une tendance : c'est une réponse concrète aux enjeux environnementaux de notre époque. En valorisant chaque ingrédient de A à Z, les restaurants contribuent activement à une consommation plus durable et éthique, même au restaurant. Cette approche attire une clientèle sensible aux pratiques responsables et permet de se démarquer en tant qu'établissement engagé et dans l'air du temps.



2 VALORISATION DES DÉCHETS ALIMENTAIRES

La gestion des déchets alimentaires et la réduction du gaspillage est l'un des sujets centraux de tout restaurant moderne, et cela passe aussi par la valorisation de ce qui aurait autrefois été considéré comme un "déchet". Les techniques de "nose-to-tail" (utilisation complète des animaux) et de «leaf-to-root» (utilisation de la totalité des végétaux) sont aujourd'hui adoptées par des chefs de tous horizons, permettant non seulement de limiter les déchets, mais aussi d'explorer de nouvelles pistes créatives.

- **Nose-to-tail pour les viandes** : Plutôt que de n'utiliser que les morceaux nobles, vous pouvez mettre en avant des plats réalisés avec des parties moins courantes comme les abats, les os pour des bouillons riches ou les joues de porc mijotées. Ces pratiques permettent de réduire le gaspillage et de rendre hommage à la tradition culinaire, tout en offrant une diversité de textures et de goûts.
- **Leaf-to-root pour les végétaux** : Les chefs redécouvrent le potentiel des parties oubliées des légumes. Par exemple, les tiges de brocoli et de chou-fleur, souvent jetées, peuvent être finement tranchées et marinées pour des salades, tandis que les fanes de carottes ou de radis deviennent de délicieux pestos.
- **Fermentation pour prolonger la durée de vie des ingrédients** : En plus d'offrir des bienfaits pour la santé, la fermentation est une technique qui permet de valoriser les surplus alimentaires. Par exemple, les légumes excédentaires deviennent des pickles et les fruits trop mûrs des boissons comme le vinaigre de fruits ou le kombucha.

Cette approche attire une clientèle sensible aux questions environnementales et valorise les savoir-faire traditionnels en cuisine. La valorisation des déchets est ainsi bien plus qu'une tendance : c'est un engagement concret pour un avenir plus durable et respectueux des ressources.



Inspirations Éco-responsable



**METRO
VOUS ACCOMPAGNE
DANS LE SUCCÈS
DE VOTRE ACTIVITÉ**

