

## ...A Laboule, au restaurant fermier La Bola, les Cévennes sont sous vos yeux et dans l'assiette



### Circuits courts en Drôme Ardèche

Du lundi au vendredi à 7h55 et 18h40

Par [Nelly Sorbier](#)

France Bleu Drôme Ardèche

Mardi 1 juin 2021 à 7:55 - Mis à jour le mardi 1 juin 2021 à 9:29

**C'est à 650m d'altitude que Sylvain et Frédérique ont créé leur ferme-auberge : un élevage de brebis, une châtaigneraie, un verger et un potager, le Tanargue et la vallée de la Beaume en vue, d'anciennes bâtisses de pierre, des tables en terrasse et une cuisine qui magnifie les parfums des Cévennes.**



La Bola - Matthieu Dupont

La Bola c'est un projet au long cours et une affaire de couple, celle de Sylvain et Frédérique Menaud. Sylvain était architecte, en région bordelaise et parisienne, et Frédérique, consultante indépendante dans le développement de projets hôteliers. Sylvain et Frédérique avaient une envie de changement, de mise au vert et l'idée d'un restaurant. Alors il y a six ans, Sylvain décide de devenir cuisinier, passe son CAP et fait son apprentissage dans des restaurants gastronomiques de la Région Parisienne. Tandis qu'ils ont le regard tourné vers la Bretagne, l'idée de non seulement cuisiner mais aussi de produire une grosse partie de leurs ingrédients s'impose. Leur champ de recherche s'élargit et passe par l'Ardèche.



Frédérique et Sylvain Menaud - La Bola

***Dès le départ, on voulait travailler avec des fermiers en direct. Et puis, à force d'être au contact de ces producteurs, on a eu l'idée de produire nous-mêmes. (Sylvain Menaud)***

Sylvain et Frédérique choisissent l'Ardèche pour sa beauté et son patrimoine agricole. Ils mettent une bonne année pour trouver le bon endroit, le terrain, le patrimoine bâti. Cette période, Sylvain la met à profit pour se former auprès de la Chambre d'agriculture de l'Ardèche à l'élevage et à la culture biologique. Frédérique poursuivant son activité professionnelle, il sera principalement à la manoeuvre. Là encore, il faut tout apprendre. Sylvain en profite aussi pour rencontrer les producteurs et cuisiniers locaux. Et un jour enfin, Frédérique et Sylvain trouvent leur bonheur à Laboule, dans les Cévennes ardéchoises.



La Bola

*C'est un lieu qu'on trouvait magique, mais un peu lointain, inaccessible, presque trop sauvage. Et puis, on s'est laissé apprivoiser. (Sylvain Menaud)*

Frédérique et Sylvain acquièrent une ferme ancienne perchée à six cent cinquante mètres d'altitude, qui offre un beau potentiel pour la partie restauration. Le terrain comprend des pâtures et de quoi créer un jardin, ainsi qu'un verger et une châtaigneraie.





La Bola

Côté ferme, Sylvain se lance dans l'élevage de brebis allaitantes pour la production d'agneau. Il choisit la Raïole, une espèce rustique cévenole très autonome et adaptée au terrain. Il remet en route la châtaigneraie séculaire, plante des arbres fruitiers, pêchers, cerisiers, prunier, pommiers et au milieu, de son verger, crée son potager.



La Bola

Pendant que l'exploitation prend forme, la ferme est rénovée. Sylvain et Frédérique y font entrer la lumière et créent des terrasses pour pouvoir proposer à leurs visiteurs une vue unique sur le Tanargue et la Vallée de la Beaume. Il aura fallu en tout un an et demi de travaux.





La Bola

*Il fallait se projeter pour créer des grandes baies, des développements extérieurs, les terrasses pour être vraiment en immersion. La transformation de l'architecture de cette vieille ferme cévenole permet aujourd'hui aux gens qui nous visitent de profiter un maximum de ces beaux paysages. (Sylvain Menaud)*



Fondant d'agneau - La Bola

L'immersion, Sylvain la veut aussi dans l'assiette, où il cherche à magnifier les parfums de ce qu'il produit bien sûr, mais aussi de ses cueillettes. Parfums de sous bois dans une sauce aux pousses de sapin pour glacer des gnocchis, bouillon de fanes de légumes pour cuire un riz noir relevé au condiment citron-estragon, des fleurs du jardin, la nature cévenole nourrit la créativité du chef et vaut à l'établissement d'être labellisé Goûtez l'Ardèche et Etapes Savoureuses d'Ardèche.





Chou rôti, betteraves et sauce cèpes - La Bola

Le Restaurant fermier La Bola a ouvert en juillet 2020. Il propose des services d'une vingtaine de couverts en fin de semaine. La formule entrée-plat-dessert est à 25 Euros.

## La Bola

Hameau le Monteil  
Le Fabre  
07110 Laboule  
06 18 42 20 88

[auberge@labola.fr](mailto:auberge@labola.fr)  
[labola.fr](http://labola.fr)



La Bola