



Capucine et Tournesol

par ARIEL HARPER

Chantal Côté et Philippe Sayad croient au karma et vendent des produits purs et naturels. «Depuis que nous avons établi ce commerce, nous avons attiré des gens bien,» explique Chantal. «À la boulangerie Capucine & Tournesol (226, rue Bernard ouest) nous n'utilisons que de la farine à cent pour cent de blé entier. Ni sucre, ni graisse, ni conservateur. Nous moulons nous-mêmes notre farine sur place. Et les clients semblent nous apprécier.»

Malgré la période de récession, ce commerce est en pleine expansion. «Après quatre ans, ça devait arriver,» dit Philippe. «C'est notre plus grand défi jusqu'ici. Mais nous vendons des produits d'une telle qualité que cela a créé un marché. Beaucoup de gens nous encouragent.» Fièrement, il montre sa cave pleine de blé. «Les grains peuvent se conserver pendant des siècles. On en a trouvé dans les Pyramides, aussi bonnes que si elles étaient fraîches.» Chantal Côté et Philippe Sayad ont récemment commencé à vendre de farine fraîche broyée à la meule de pierre, ainsi que des produits cuisinés.

Capucine & Tournesol a été créé il y a huit ans à Cushing,

Québec, par Rosaire Potvin. Cet homme consciencieux est un adepte de la cuisine totalement naturelle, des pains et pâtisseries sans sucre. Il a fondé un commerce florissant (700 à 800 pains par semaine) qui approvisionne les boutiques diététiques. Chantal Côté et Philippe Sayad ont d'abord été ses clients, puis ses amis et, pour finir, ses apprentis. «Ce sont des gens tellement particuliers, gentils et équilibrés. En passant plus de temps avec eux, on a fini par être entourés de gens semblables à eux.»

Il y a quatre ans, Chantal et Philippe ont acheté l'affaire, en bloc, avec le moulin. Ils appliquent les méthodes et les recettes créées par Potvin, et fournissent aussi des magasins de produits naturels. Mais leurs pains, sans conservateur, se gardent moins bien en rayon que les produits concurrents. De plus, leur détermination de ne vendre que des produits de première qualité fait que leurs prix sont un peu plus élevés. Ils ont donc décidé de venir s'installer à Montréal et ont ouvert leur magasin, en janvier, sur la rue Bernard.

Philippe Sayad est enthousiaste: «Mile-End est magnifique. Un homme m'a dit: "ce quartier n'attendait plus que vous."» Et Chantal ajoute: «Nos clients nous apportent quelque chose de bien plus précieux que l'argent.»♦

BY ARIEL HARPER

Chantal Côté and Philippe Sayad believe in the karma of selling purely natural products. "Ever since we began this business, we have attracted good people to us," explains Chantal. "At Boulangerie Capucine & Tournesol (226 Bernard Street West), we use a hundred per cent whole wheat flours without sugars, fats or preservatives. We grind all our own flour on the premises. And people seem to like us."

Business, in this recessionary time, is booming. "After four years, it has to be," says Philippe. "This is our biggest gamble yet. But we're selling products of such quality that there seems to be a

market. We're getting a lot of encouragement." He proudly shows off his wheat-filled cellar. "You can keep unground grains for centuries. They found wheat in the Pyramids, good as new." Côté and Sayad have recently begun selling fresh stone-ground flours as well as baked goods.

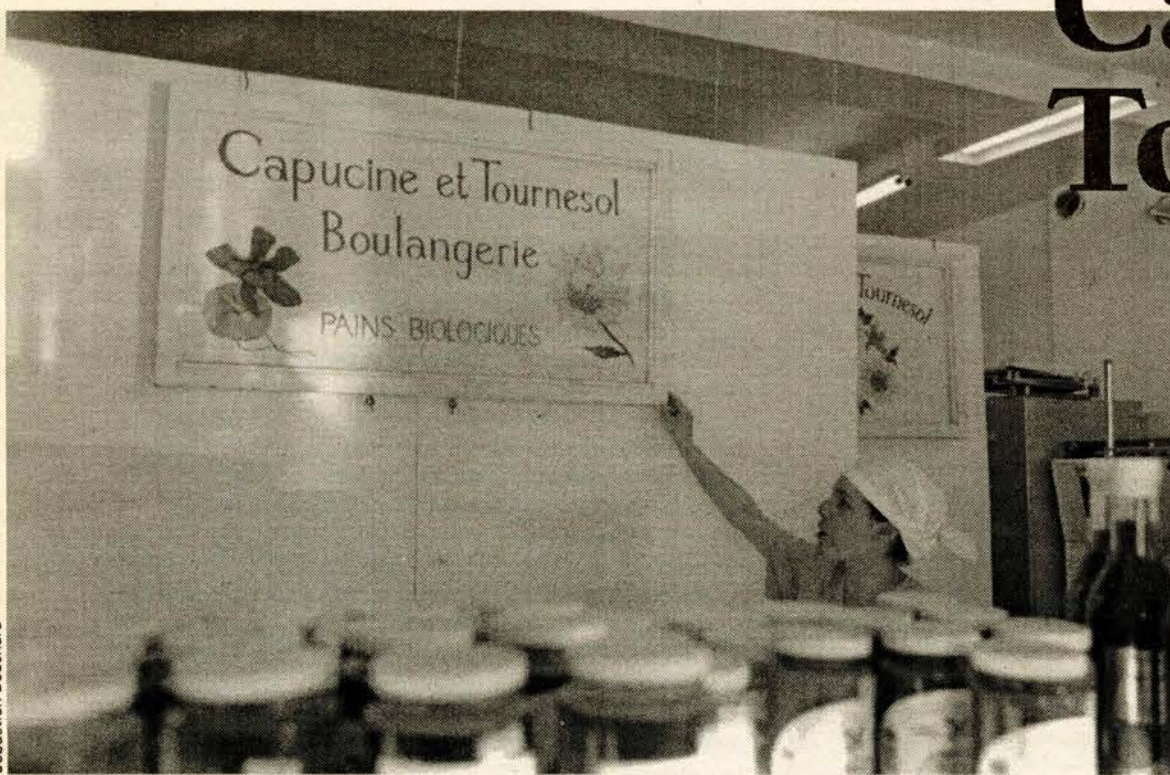
Capucine & Tournesol was started eight years ago in Cushing, Quebec, by Rosaire Potvin, a dedicated man who believed in baking completely natural, sugarless breads and pastries and who created a thriving business (700-800 loaves a week) supplying health food stores. Côté and Sayad were customers who became friends and then apprentices. "They were such special people, gentle and balanced. As we spent more time

with them we became surrounded by people like them."

Four years ago Côté and Sayad bought the business, lock, stock and grinder. Using Potvin's original methods and recipes they too supplied natural food stores. But their breads, lacking preservatives, had shorter shelf-lives than competing products, and their insistence on first-quality ingredients kept prices slightly higher. They decided to move to Montreal and opened on Bernard Street in January.

"Mile End is beautiful," enthuses Sayad. "One man told me, 'This neighbourhood has been waiting for you.'" Côté adds, "Our customers give us something much more precious than money."♦

Sébastien Bouchard



A RED FLAG waving does not mean the SUN IS SCATHING!

We're working on it.
Thank you for your patience

INFO-TRAVAUX
Québec : 643-6830
Montréal : 873-4121

Transports Québec

Buanderette
Laundromat
BROUÉ 1

LIBRE SERVICE - SELF SERVICE

Lavage \$1.00 Wash

Séchage 8 Mns \$0.25 Drying

PROPRE ET CHALEUREUX

Brand New MAYTAG Machines

Also available: Nettoyage à sec Service de couture Service de lavage

Also available: Dry cleaning Alterations Cleaning services

★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★

Alain St-Jacques (514) 277-3165
6040 A, Ave. du Parc • Montréal H2V 4H3