



# Il était une fois ...



*Pour la petite histoire...* comme celle que vous racontait votre maman avant de dormir. Il était une fois Julien, Laurent et Alban réunis autour d'une table pour fêter l'anniversaire de Juju. Au milieu des rires, des tintements de verres, des souvenirs de vacances, une phrase imposa le silence : « Les amis, ça vous dit d'ouvrir un resto ? » Une idée lancée comme on lance une bille sans savoir où elle ira atterrir. « Les Fils à Maman » était né. Ces garnements de la pire espèce, ont pris le pari fou de créer leur endroit : un restaurant où l'on se sentirait comme à la maison. C'est l'histoire de ces fils à maman, qui, parce qu'ils aiment boire et bien manger, décident de s'associer pour donner naissance à un endroit où tout est fait pour donner l'impression réconfortante de passer un bon moment entre vieux amis, un moment chaleureux et gourmand.

En bref...

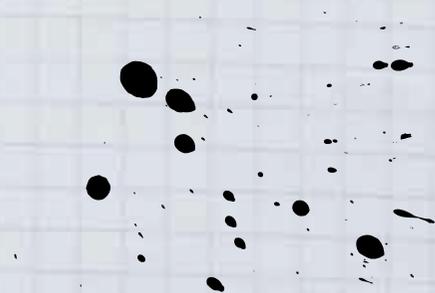
Un restaurant de cuisine française gourmande faite de produits frais.

L'histoire de trentenaires, amis, amoureux de la vie.

Une ambiance chaleureuse où les clients font « comme à la maison ».

Une décoration atypique qui nous plonge en enfance.

Le partage d'une passion : **ce qui est BON !**



## Définition

*Fils à maman*

Nom masculin

(du latin : filius ae mater)

*Fils* : Enfant mâle, par rapport à son père ou à sa mère et par opposition à fille. Personne du sexe masculin originaire d'un lieu, d'un milieu, âgé de 25 à 35 ans.

*Maman* : Nom féminin (du latin mamma, sein). Mère dans le langage affectif surtout celui des enfants.

*Fils à maman* : enfant gâté par sa mère.

Restaurant de cuisine française gourmande en France et à l'étranger.

Une cuisine de produits frais.

Un menu qui change avec les saisons.

Un lieu où on est comme à la maison.

Une maman en cuisine tous les premiers mardis du mois.

Un univers années 80 : dessins animés aux toilettes, tubes de musique, jouets.

Une roue des gourmands qui fait gagner des cadeaux.

Des produits dérivés : livre de recette, bavoirs, t-shirts, sac en tissu ...

Un pot de bonbons avec l'addition.

*Synonyme :*

Fiston à sa maman

*Expressions :*

De mère en fils, par transmission directe et non interrompue, de génération en génération.

Etre bien le fils de sa mère, avoir les qualités, les défauts de sa mère.

Être fils de ses œuvres, ne devoir qu'à soi-même sa fortune ou sa situation.

Mon fils, terme utilisé par une mère pour appeler son enfant mâle

# Naissance des Fistons en France

Paris : Décembre 2008

Lyon : Février 2012

Nantes : Octobre 2013

Lacanau : Juin 2013

La Baule : Avril 2014

Toulouse : Juin 2014

Bordeaux : Février 2015

Montpellier : Juin 2015

Orléans : Octobre 2015

La Rochelle : Décembre 2015

Lille : Janvier 2016

Grenoble : Mars 2016

Tours : Avril 2016

Nantes II : Juin 2016

## Un peu plus loin...

Bruxelles : Mars 2011

Hong Kong : Août 2012

Dans la famille Fils à Maman,  
je voudrais...

Nico Audrey  
Bruxelles

Thibaud  
Lille

Stéphane  
Hong-Kong

Alban Julien Laurent  
Paris

Pierre  
La Baule

Alain & Jérôme  
Nantes

Rémy  
Orléans

Bon  
La Rochelle

Pierre Louis  
Tours

Vlad  
Lyon

Rascal  
Lacanau

Thomas  
Bordeaux

Théophile  
Grenoble

Hendrick  
Toulouse

Etienne  
Montpellier

# Le tout premier fiston

## Les fils à Maman Paris

Entre les Folies Bergères et le Palace, les Fils à Maman se sont installés dans le cœur du 9ème arrondissement de Paris. A deux pas des Grands Boulevards et de leurs théâtres, le restaurant est niché dans une cours pavée privée qui ne vous laissera pas indifférent. Quartier bouillonnant d'énergie, les Fils ont posés leurs marmites là où l'on vit de jour comme de nuit.

Prénom Alban

Prénom de ta maman Nadine

Quand tu étais petit, ton plat préféré c'était quoi ?

Le Hachis Parmentier

Si tu étais un héros de dessin animé ou de série TV des années 80 ?

Albator

Prénom Julien

Prénom de ta maman Catherine

Quand tu étais petit, ton plat préféré c'était quoi ?

Pas la soupe, c'est pour ça que je suis petit; le filet mignon de porc aux olives (avec beaucoup beaucoup d'olives), en fait que les olives cuites avec le filet mignon

Si tu étais un héros de dessin animé ou de série TV des années 80 ?

Esteban des cités d'or

Prénom Laurent

Prénom de ta maman Virginia

Quand tu étais petit, ton plat préféré c'était quoi ?

Le cordon bleu maison

Si tu étais un héros de dessin animé ou de série TV des années 80 ?

Lucky Luke



#  
Les petits frères des Fistonis



# Les fils à Maman

Prénom Vladimir

Prénom de ta maman Marylène

*Quand tu étais petit, ton plat préféré c'était quoi ?*

Escalope de veau panée, salade de pommes de terre de mon père

*Si tu étais un héros de dessin animé ou de série TV des années 80 ?*

Cobra

Lyon, LA ville de la gastronomie, LA ville des bons plats, LA ville des fameuses « mères lyonnaises ». Situé en plein cœur de la presqu'île de Lyon, dont la vieille ville est classée au Patrimoine mondial de l'Unesco, Les Fils à Maman ont choisi un lieu dont l'ambiance est à leur image : jeune et dynamique. A deux pas de l'Hôtel de Ville, de l'Opéra de Lyon et de la place des Terreaux, la maison des Fils à Maman vous attend au bout de la rue de l'Arbre-Sec, pas loin du lycée Ampère (celui de Granny, la grand-mère de Julien). Ce n'est pas un bouchon mais plutôt une capsule qui vous transporte dans votre chambre d'enfant... pssssshhhht...



# Les Fils à Maman Nantes

Entre la place Royale et le bouffay. Les Fils à Maman se sont installés dans le coeur historique de Nantes. A deux pas des chateaux des Ducs de Bretagne et de la cours des 50 otages, l'une des principale artères de la ville, le restaurant est niché dans une rue pavée et piétonne qui ne vous laissera pas indifférent. Vous pourrez resté au rez de chaussée pour vous installer au comptoir choisir les banquettes attablés avec votre bande amis ou vous réfugiez dans la salle à l'étage ou vous pourrez feuilleter d'anciennes BD tout en degustant notre cordon bleu maison accompagné de votre fiancé(é).

*Ton prénom :* Alexandre

*Ton prénom :* Jérémy

*Prénom de ta maman :* Corinne

*Prénom de ta maman :* Patricia

*Plat préféré :* Le poisson pané

*Plat préféré :* Le gratin de coquillettes au jambon

*Héros :* Mac Gyver

*Héros :* Sangoku dans Dragon Ball Z





# Les fils à Maman

Prénom Pierre

Prénom de ta maman Françoise

Quand tu étais petit, ton plat préféré c'était quoi ?

Steack Frites

Si tu étais un héros de dessin animé ou de série TV des années 80 ?

Superman

Une vue unique sur la baie de la Baule. Les Fils à Maman se sont installés sur l'une des plus belles plages d'Europe. Le restaurant offre une vue magnifique sur toute la baie de la Baule et est idéalement situé entre l'Avenue du Général de Gaulle (principale artère de la ville) et le Casino Barrière qui marque le début de la plage Benoit, à 15 minutes de la Gare. Les pieds dans le sable, les yeux dans le bleu, nous sommes à proximité de nombreux clubs de voile et de plage. Situé sur le remblai, très prisé en été pour de longues balades, vous serez dans LE SPOT idéal pour admirer le feu d'artifice du 14 Juillet et du 15 Août ou bien encore participer aux fameux Derbys de la Baule ! Chez Les Fils à Maman, vous avez le choix entre plusieurs ambiances : au frais ou au chaud à l'intérieur selon les saisons, en terrasse au soleil ou à l'ombre, allongés sur les transats et enfin au bar à l'extérieur.

Allongez-vous, orteil en éventail, commandez un cocktail frais, laissez-vous bercer par le bruit des vagues et dégustez !!

# Les fils à Maman Toulouse

Prénom Hendrick

Prénom de ta maman Edwige (comme la chouette d'Harry Potter )

Quand tu étais petit, ton plat préféré c'était quoi ?

L'escalope de poulet pané avec de la BOOOOONNE purée

Si tu étais un héros de dessin animé ou de série TV des années 80 ?

J'aurais voulu être Sangoku dans « Drangon Ball Z »

Les Fils à Maman n'aiment pas que le bleu et ne sont pas tous nés dans des choux, ceux-là adorent leur nouvelle maison toute Rôse (avé l'accent).

Situé au 1 rue Pharaon, Les Fils à Maman ont choisi un emplacement royal. La rue Pharaon est considérée comme l'une des plus anciennes artères de la ville, et probablement la première route, le premier sentier tracé par les voyageurs sur le sol où séleva plus tard l'antique Tolosa.

A cent mètres de la fameuse Place de Carmes et du Palais de Justice, le quartier bouillonne de jour comme de nuit. Bars, restaurants, boutiques ... on est certain de passer un bon moment !



# Les fils à Maman



*Prénom :* Thomas

*Maman :* Véronique

*Ton plat préféré quand tu étais petit ?*

Le Paillasson de Véronique

(c'est-à-dire des Pommes Darphin pour les non initiés)

*Si tu étais un héros de dessin animé ou de série TV  
des années 80 ?*

Parker Lewis ... car Parker Lewis ne perd jamais.

Situé en plein cœur du quartier historique, à deux pas de la Place Saint-Pierre, du Palais de la Bourse et des berges de la Garonne, les fistons ont une fois de plus choisi LE quartier animé de la  
« belle endormie »



# Les fils à Maman

« A la base, 4 gourmands, Nico, Audrey, Laurent et Julien, nostalgiques de la bonne cuisine de quand ils étaient petits, de la cuisine de leur maman! Ils ont posé leurs casseroles à deux pas de la place du Châtelain au coin de la rue du Page et de la rue Fourmois au numéro 29. On y va pour:

1. La déco ultra colorée, mix de personnages de dessins animés, de super-héros et de jeux rigolos qui ont bercé notre enfance.
2. La bonne humeur qui y règne.
3. La terrasse, endroit convoité du quartier surtout les mercredis.
4. La cuisine simple, authentique et savoureuse qui nous rappelle celle de nos mamans (et le mega cheese burger au fromage de chèvre et ses frites faites maison!).
5. La bonbonnière remplie de bons bonbons qui vient adoucir l'addition très raisonnable. »

Prénom Nicolas

Prénom de ta maman Anne

Quand tu étais petit, ton plat préféré c'était quoi ?

Les croque-monsieur de mon Papa

Si tu étais un héros de dessin animé ou de série TV des années 80 ?

Astro Boy

Prénoms Audrey, Lorraine

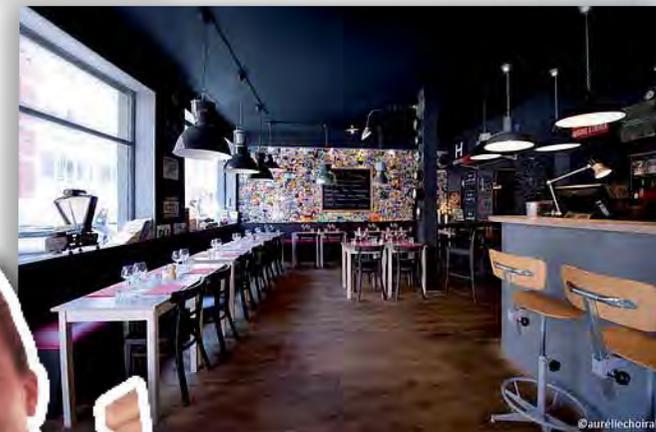
Prénom de ta maman Christine

Quand tu étais petit, ton plat préféré c'était quoi ?

Poulet compote & Frites

Si tu étais un héros de dessin animé ou de série TV des années 80 ?

Candy



# Les fils à Maman

Prénom *Stephane*

Prénom de ta maman *Sophie*

*Quand tu étais petit, ton plat préféré c'était quoi ?*

Le Porc caramélisé aux bananes, pommes, ananas de mon grand père, l'île flottante de ma grand mère et la tarte au citron indétrônable de ma maman

*Si tu étais un héros de dessin animé ou de série TV des années 80 ?*

Mac Gyver pour le côté bricoleur et surtout car il faisait du hockey comme moi

Entre les Escalators et Sheung Wan, les Fils à Maman se sont installés dans le cœur de Soho. Le restaurant est niché en contrebas d'Hollywood Road, entre Peel Street et Aberdeen Street, dans un petit parc public paysager exceptionnel qui ne vous laissera pas indifférent. Quartier bouillonnant d'énergie, les Fils ont posés leurs marmites là où l'on vit de jour comme de nuit.



# Des fils à Maman

Orléans

*Ton prénom ?*

Rémy

*Comment s'appelle ta maman ?*

Ma maman s'appelle Katy

*Ton plat préféré quand tu étais petit ?*

Les boulettes de ma Maman bien sûr !

Sa sauce secrète vaut bien tous les Graals

*Si tu étais un héros de dessin animé ou de série TV  
des années 80 ?*

Ken le Survivant !

Situé sur l'ancienne voie romaine de la rue de Bourgogne, Les Fils à Maman ont investi le centre historique de la ville, à proximité des Halles Chatelet et de la Cathédrale Sainte Croix d'Orléans.





*Ton prénom ?*

Benjamin

*Comment s'appelle ta maman ?*

Ma maman s'appelle Brigitte

*Ton plat préféré quand tu étais petit ?*

Jambon coquillettes

*Si tu étais un héros de dessin animé ou de série TV*

*des années 80 ?*

Oliv' de Oliv et Tom

Rue Saint-Jean du Pérot, les Fils à Maman est situé au cœur de la Rochelle, à deux pas des Tours et du port.



# Les fils à Maman



*Ton prénom ?*

Thibaud

*Comment s'appelle ta maman ?*

Michèle, mais tous ses proches l'appellent Michou

*Ton plat préféré quand tu étais petit ?*

J'avais un faible pour les spaghettis à la bolognaise.

*Si tu étais un héros de dessin animé ou de série TV  
des années 80 ?*

Ulysse 31

Situé rue de Gand, les Fils à Maman est situé au cœur du Vieux-Lille  
dans une superbe bâtisse datant du 17ème siècle.



# Chez nous, on mange bien !

La carte varie en fonction des saisons. 3 à 4 fois par an & la place est donnée aux produits frais !

Quelques exemples de plats de la maison :

## Entrées... (entre 6 et 10€)

Les Babybels panés

Le Mister Croque au Kiri (la crème des croques)

Mille-feuilles de légumes confits au Saint Môret et coulis de poivrons

Sucettes de gambas (pour ne pas sucer son pouce) au miel et sésame

## Plats... (entre 15 et 22 euros)

Côte de bœuf d'Un Kilo, pour 2 fistons (mais qu'Alban pourrait manger tout seul) avec un superbe gratin Dauphinois

Filet trop mignon en croute et risotto de coquillettes au chorizo

Cordon bleu (celui du père Doudou) à la poitrine fumé et Gorgonzola avec plein de pommes sarladaises

Hachis Parmentier au confit de canard et purée de carotte à La vache qui rit (mais archie bon !)

## Desserts... (entre 6 et 10 euros)

Tiramisu au Kinder (sans Surprise, c'est Maxi bon !)

Sablé de Petits Lu, Nutella, banane et Chantilly (une invention des Fils, même Géo Trouvetou ne l'aurait pas trouvé !)

Trumble (mi tarte-mi crumble) aux pommes et à la cannelle

3 Petits Suisses panés aux 3 spéculoos belges émiettés



# Les Fils à Maman, c'est surtout : Une Maman en Cuisine !

Tous les premiers mardis du mois, les fistons reçoivent leur ou une maman en cuisine.

Et comme chez maman, c'est menu unique pour tout le monde !

Toutes les mamans désireuses de tenter l'expérience de chef sont les bienvenues !

## Comment ça se passe ?

Ce soir là ... La maman arrive à 16h et reste en cuisine avec le CHEF jusqu'au début du service vers 19h30 afin de faire les préparations avec lui, montrer son dressage ... Elle passe ensuite dans la salle, discuter avec les clients et partager ses secrets de fabrication. Une table pour deux lui est attribuée et le repas est bien évidemment offert. Elle peut aussi communiquer autour de sa venue et nous réservons des tables pour sa famille et ses amis.



# Les Fils à Maman c'est aussi...



## La roue des gourmands

Une carte de fidélité proposé aux clients du déjeuner leur permet, au bout de 10 repas, de tourner la roue des gourmands et ainsi laisser le sort choisir leur récompense

## Les bonbons

Avec l'addition, les clients du soir ont le plaisir de pouvoir plonger leur main dans un énorme pot de bonbons.

## La décoration

Des objets de notre enfance (Goldorak, Casimir, Starsky et Hutch, Tintin, Astérix, la dictée magique, Simon, mange disque...) mêlés à un univers industriel ( suspensions, poutre en acier, tabouret de bar) teinté d'une ambiance bistrot 1930, font le charme de nos restaurants.

## Les amis aux toilettes

Nos amis et plus généralement le réseau sont une pierre angulaire de la réussite des fils à maman. Les fistons incarnent le lieu, ils sont l'âme du restaurant. À ce titre leurs amis et par extension les clients adhèrent à l'esprit et au concept. Ils doivent se reconnaître et reconnaître les autres ; ainsi les murs des toilettes sont recouverts de photos des amis des fils à maman.

## Des goodies

T-shirts Goldorak, Kiki et Casimir, bavoir adulte et enfant, serviette de plage, livre de recette, tablier, sac....



le sac en tissu 7€

le bavoir bébé 10€

le T-shirt 15€

le bavoir adulte 12€

le tablier de cuisine 18€

Notre livre de recettes 11,90€

la serviette de plage 20€

**Goodies**  
Les accessoires des fils !!

# Des vidéos pour vous faire saliver !



<https://www.youtube.com/watch?v=bK9b52TMcQo>

<https://www.youtube.com/watch?v=XaOt1xjlmJl>



<https://www.youtube.com/watch?v=HoQ5QpYcFGU>

<https://www.youtube.com/watch?v=g4L6pe2PkHA>



<https://www.youtube.com/watch?v=bf9SQCZKLnQ>

<https://www.youtube.com/watch?v=VhWoiovyTh0>



<https://www.youtube.com/watch?v=i21Dpzln2fc>

<https://www.youtube.com/watch?v=JyD22yWJtrs>



# Mamannnn on parle de nous !

# Les Fistons adorent les partenariats !



Stylistic

madame  
FIGARO



  
**FASTANDFOOD**  
*ici on décrypte la culture fastfood*

**LA DÉPÊCHE**



  
Papilles & Pupilles

ouest  
france 

**SORTIRAPARIS**  
COM  
1<sup>er</sup> city guide en Ile-de-France

Et tellement encore...



Vous voulez nous proposer un partenariat ?

Vous avez un événement et vous mourrez d'envie d'avoir un stand Fils à Maman ?

Vous lancez votre marque de slips et vous voulez partager l'aventure avec nous ?

Vous faites le tour du monde en coccinelle et vous cherchez un sponsor ?

Vous pensez que votre super recette gourmande faite de vos supers bons biscuits plaira ?



N'appelez pas votre maman mais appelez-nous !

# Où trouvez les fistons?

Le site internet : [www.lesfilsamaman.com](http://www.lesfilsamaman.com)

## En France

### *Les Fils à Maman Paris*

7 bis rue de Geoffroy Marie 75009  
01 48 24 59 39

### *Les Fils à Maman Lyon*

25 rue de l'Arbre sec 69 001  
04 78 39 57 57

### *Les Fils à Maman Nantes*

14 rue Beauregard 44 000  
02 40 20 06 26

### *Les Fils à Maman Lacanau*

Village les grands Pins 33680  
05 56 03 20 77

### *Les Fils à Maman La Baule*

16 Boulevard Darlu 44 500  
02 40 24 26 47

### *Les Fils à Maman Toulouse*

1 rue Pharaon 31 000  
05 62 26 40 12

### *Les Fils à Maman Orléans*

195 Rue de Bourgogne 45000  
02 38 53 44 09

### *Les Fils à Maman La Rochelle*

59 Rue St Jean du Pérot  
17000 La Rochelle  
05 46 43 56 08

### *Les Fils à Maman Lille*

41 Rue de Gand 59000 Lille  
03 20 21 02 33

### *Les Fils à Maman Grenoble*

2 rue Saint-Hugues Grenoble  
04 76 51 38 85

### *Les Fils à Maman Tours*

24 rue du Grand Marché  
02 47 20 50 25

### *Les Fils à Maman Bordeaux*

19 rue des Faussets 33000  
05 56 48 20 01

### *Les Fils à Maman Montpellier*

12 rue du Petit Saint-Jean 34 000  
04 67 60 60 71



## À l'Étranger

### *Les Fils à Maman Bruxelles*

Coin rue du Page Rue Fourmois

### *Les Fils à Maman Hong-Kong*

LG/F 75 Hollywood Road Central  
+852 2871 0045



*Ils vous attendent!...*

# Contact

[julien@labonbonniere.eu](mailto:julien@labonbonniere.eu)