

ATABLE

Lettre d'information sur la restauration

Édito



En restauration, il y a de bonnes nouvelles !

La part des aliments frais, locaux, bio, ne cesse d'augmenter dans les restaurants scolaires, les hôpitaux, les foyers de vie...

La nouvelle loi " Agriculture et alimentation " impose 20% de bio ou local en 2020.

À la Fondation, la part de produits frais, issus de l'agriculture biologique et/ou locaux entrant dans la composition des menus atteint aujourd'hui respectivement 75, 34 et 32 %.

La baisse du gaspillage, que nous mesurons tous les 3 mois, permet d'acheter des produits locaux et bio plus coûteux et de très bonne qualité.

Nos usagers et nos personnels ont pris l'habitude de trier les déchets que nous compostons au Bois de l'Ours.

Les bénéficiaires des repas à domicile, les représentants des écoles, les usagers du Centre médical et des foyers, les producteurs locaux, nous ont délivré la garantie " Mon Restau Responsable® ", le 18 octobre 2018.

D'autres cuisines nous rejoignent comme le collège des Garcins qui s'est engagé sur ce label.

Tous convaincus qu'une bonne santé passe par une bonne alimentation chaque jour.



François Bach,
Directeur Général

Une assiette gourmande à travers quelques enjeux de taille !

Aujourd'hui la restauration est impactée par divers enjeux environnementaux indissociables : proposer des aliments frais, respectant la saisonnalité, bien préparés, goûteux, de proximité, bio, labellisés le plus possible...

Nous savons qu'aujourd'hui notre consommation en viande et en poisson est souvent excessive.

Pour cette raison, nous proposons chaque semaine un plat " alternatif " comme par exemple le " Risotto de petit épeautre " sans viande, qui en plus de diminuer l'impact sur l'environnement, respecte la saisonnalité des aliments, tout en répondant aux besoins nutritionnels de chacun.

Les industriels de l'agro-alimentaire surfent sur la vague des produits tendances très rentables comme les protéines de soja déshydratées, présentées comme une alternative aux protéines d'origine animales, au détriment de toute considération environnementale (déforestation, pollution de l'eau, déséquilibre de l'écosystème...) ou de santé (effets délétères en cas de surconsommation).

Nous veillons particulièrement à proposer des produits issus de l'agriculture biologique de proximité si possible, afin d'éviter un impact carbone trop important.

Nous remercions tous nos partenaires fournisseurs, producteurs avec lesquels nous avons pu entreprendre des partenariats de qualité.

Comme pour tout ce qui nous entoure, soyons raisonnés : Changeons nos habitudes, dans le respect de notre belle planète !

Elsa Engilberge, diététicienne

Hélène Brémond, adjointe services économiques

Sandrine Fine, cheffe restauration



Portrait : Jérémie Casanova



- ◆ Âge : 19 ans
- ◆ Situation professionnelle : Apprenti à la cuisine du Grand Chemin dans le cadre du CFA de Gap

" Passionné par la cuisine, j'ai une préférence pour les recettes de viandes et poissons.

J'aime beaucoup réaliser des pâtisseries, car je suis très gourmand et j'apprécie de goûter mes créations : j'aime beaucoup tout ce qui est sucré. Je réalise des recettes avec l'aide des cuisiniers, afin de m'entraîner

dans le but d'obtenir mon CAP.

Tous les cuisiniers participent à tester mes plats avec gourmandise ! J'aime particulièrement faire plaisir aux clients et autres gourmets.

J'habite la vallée de la Clarée et je pratique le Biathlon régulièrement sur les pistes de Névéache. Je suis bénévole au club de Hockey de Briançon : je vends les palets à l'accueil des matchs afin de récolter des fonds pour le club. "

La cuisine de la Fondation obtient la garantie " Mon Restau responsable[®] "

En juin 2017, suite à l'évaluation de ses pratiques, à une visite technique et à l'identification de pistes de progrès, notre cuisine avait obtenu le logo " Ici, Mon Restau Responsable s'engage ". C'était là notre premier pas dans la démarche promue par la Fondation pour la Nature et l'Homme et le réseau Restau'Co.

Un an et demi après, le jeudi 18 octobre 2018, près de 60 personnes, représentants des convives, fournisseurs et élus, nous ont décerné la garantie " Mon Restau Responsable[®] " à l'occasion d'un évènement festif. Cette récompense est venue saluer le travail assidu et inventif réalisé par les équipes de la Fondation pour mettre en œuvre un plan d'actions articulé autour de 4 axes d'améliora-

tion (bien-être des convives, assiette responsable, éco-gestes et engagement sociétal).

Les résultats sont probants :

- ◆ Augmentation de la part de produits frais, issus de l'agriculture biologique et/ou locaux.
- ◆ Actions de lutte contre le gaspillage alimentaire nous ayant permis de diviser par 2 le poids des biodéchets collectés sur nos structures par rapport aux chiffres de 2011, alors que, nous cuisinons davantage de denrées brutes génératrices de déchets de préparation.
- ◆ Collaboration avec les fournisseurs et producteurs locaux renforcée. Echanges Paysans, l'Abattoir des Hautes Vallées de Guillestre, la Société Nouvelle

Abeil, la boulangerie Petit, l'Atelier du pain bio, la chèvrerie de Plampinet et la fromagerie de la Durance étaient d'ailleurs présents le 18 octobre pour témoigner des liens qu'ils ont tissés avec la Fondation et présenter leurs produits.

Après un vote des participants, la garantie nous a été attribuée pour 2 ans. Il ne s'agit pas pour autant de se reposer sur ses lauriers !

Économat, cuisiniers et diététiciennes sont donc chaque jour à pied d'œuvre pour proposer des repas qui soient à la fois bons pour la santé et appétissants, équilibrés et respectueux de l'environnement.

*Maxime Grudenick,
Animateur qualité développement durable*

Recette du chef : les crêpes !

- ◆ Mettre la farine dans un plat et faire une fontaine.
- ◆ Ajouter le sucre, la pincée de sel et les œufs 1 à 1 au centre.
- ◆ Mélanger à l'aide d'un fouet, puis verser le lait en remuant sans s'arrêter.
- ◆ Ajouter le beurre fondu, bien remuer. Vous pouvez ajouter un peu d'eau de fleur d'oranger afin de parfumer délicatement la préparation.
- ◆ Laisser la pâte reposer 15 minutes.
- ◆ Faire chauffer la poêle à crêpe, huiler légèrement le fond.
- ◆ Verser une petite louche de pâte, bien répartir la pâte au fond de la poêle.
- ◆ Cuire doucement pendant environ 20 secondes. Retourner la crêpe. Cuire à nouveau 20 secondes.
- ◆ Garnir les crêpes d'un peu de sucre ou de confiture. Bonne dégustation !



Ingrédients (Bio de préférence !) pour 8 personnes

- 1/2 l de lait
- 200 g de farine
- 4 œufs
- 1 pincée de Sel fin
- 40 g de sucre semoule
- 20 g de beurre

