



La Feuille de Chou

Edito

Chères Adhérentes, Chers Adhérents,

Depuis quelques années maintenant, nous entendons parler des changements climatiques. Nombreuses sont les initiatives pour trouver des solutions. Les mentalités sont en train de changer. Voici donc une bonne nouvelle.

Des restaurateurs s'engagent pour le climat. Et, c'est une véritable avancée. En effet, cette activité professionnelle représente 1/3 des émissions de gaz à effet de serre. C'est 3 fois plus que les émissions de gaz provenant de nos véhicules particuliers. Ce n'est pas rien quand on sait qu'il y a 150 000 restaurants en France qui servent 3,7 milliards de repas chaque année. Pour chaque repas, c'est 275 g de bio-déchets et 270 g de d'emballage sont jetés.

Les restaurateurs souhaitent valoriser leur engagement auprès de leur clientèle pour la fidéliser, mobiliser les équipes autour d'un projet fédérateur, améliorer leur image, augmenter leurs marges. Moins les restaurateurs gaspillent plus ils gagnent. Et, si c'est bon pour le porte-monnaie, c'est aussi bon pour la planète.

Les restaurateurs vivent une période difficile. La réglementation est draconienne et le contexte économique est tendu. Certains de ces professionnels sont signataires d'une charte éditée par l'UMIH (Union des Métiers de l'Industrie Hôtelière). Cette charte vise à défendre le métier des restaurateurs qui travaillent les produits, les transforment pour le bonheur des palais de leurs clients.

200 restaurateurs pour le moment ont décidé de créer une association. Elle porte le nom de « Bon pour le climat ». Elle vise à trouver des leviers pour lutter contre le gaspillage.

1/ Calculer au plus juste les quantités à servir dans les assiettes. Pour cela, il suffit d'être attentif au retour des assiettes. Elles sont parfois trop copieuses. Le restaurateur se doit alors de veiller à réduire les quantités.

2/ Il est nécessaire de faire attention à la consommation d'eau, d'énergie.

3/ Une procédure pour réduire la quantité des restes est aussi mise en place. Par exemple, certains restaurants proposent désormais un doggy bag qui permet aux clients de récupérer les restes de leurs assiettes et de les emporter à leur domicile.

4/ Les restaurateurs proposent à chaque repas, une entrée, un plat principal et un dessert qui doivent respecter 3 critères :

- Utilisation de produits frais et de saison (un produit de saison est vendu à son juste de prix. Il est de qualité et ne coûte pas très cher)
- Utilisation de produits locaux (moins de 200 km)
- Le végétal doit être au centre de l'assiette. Cela vise à réduire la quantité de consommation de viande. Pour produire 1 kg de bœuf, il faut utiliser 15 000 litres d'eau. Pour interpellier les clients, les restaurateurs proposent des repas commençant par les végétaux, les protéines végétales, les fruits et terminent par les protéines animales.

Productrice de légumes bio, Terre Solidaire produit des légumes vendus sur notre territoire. Nous sommes bien loin des 200 km évoqués ci-dessus.

En conclusion, être adhérent à Terre Solidaire, c'est participer à une action pour lutter contre le réchauffement climatique. Nous aussi nous pouvons dire que manger solidaire et local c'est bon pour le climat. C'est bon pour notre santé. C'est bon pour la planète. C'est bon pour l'emploi.

Véronique, Coordinatrice

Votre panier

Pour un panier

1 kg	Courge musquée
1 kg	Epinards
250 g	Aulx
450 g	Poivrons
1	Chicorée scarole

Selon dépôt

1 Chou fleur ou 0.5 kg Aubergines

La Recette de la semaine

Purée de courge musquée, lait de coco et épices

Ingrédients (5 personnes)

- Un peu de sésame
- 1 c à s de coriandre (fraîche ou en graines)
- 20 cl de lait de coco
- 2 c à s de concentré de tomates
- Riz jasmin ou basmati pour servir avec
- 1 c à c de gingembre
- 2 c à c de cumin
- 1 oignon
- 2 gousses d'ail
- Quelques graines de fenouil
- 3 c à c de curry
- 800g de courge musquée

Préparation

Éplucher et couper la courge en petits cubes. La faire précuire à la vapeur, 30 minutes.

Couper l'oignon en deux (mettre de côté une moitié). Mixer une moitié avec les deux gousses d'ail épluchées et hachées, ainsi que les épices (fenouil, curry, cumin, gingembre, coriandre, sésame) jusqu'à obtenir une purée.

Émincer l'autre moitié et la faire revenir dans un peu d'huile 5 minutes.

Ajouter la "purée d'épices" et faire revenir quelques secondes... Puis verser le lait de coco ainsi que les dés de courge musquée et le concentré de tomates. Laisser mijoter à feu doux 15 minutes en remuant régulièrement.

Mixer en purée et servir chaud...



Prévisions légumes semaine prochaine

Pommes de terre
Courges
Salade



Rappel : La « semaine flottante » de non livraison prévue au contrat est fixée le 11/11/2016

Coin de la Chargée d'Insertion

Avec l'arrivée de l'automne, de la pluie et du froid, le travail en maraichage diminue, c'est une période de transition avant que travail de tirage de bois dans les vignes ne reprennent. C'est donc la période propice, pour organiser des formations de prévention ou de sensibilisation pour les jardiniers. Ainsi, pour 14 jardiniers (certains l'ont suivi l'an dernier), a démarré jeudi dernier le programme de formation POPA - RA : Préprofessionnalisation d'Ouvrier Polyvalents agricoles des jardins de Cocagne de Rhône-Alpes. L'objectif est de favoriser l'employabilité des salariés en travaillant sur des compétences premières en matière de droit du travail, de connaissance de l'entreprise, de communication professionnelle et de développement durable. Cette formation de 22 heures 30 au total est divisée en 5 séquences :

Séquence 1 : Situer le jardin de Cocagne dans son environnement au sein de la filière agricole (6 h)

Séquence 2 : Se situer en tant qu'ouvrier agricole dans l'organisation du travail du jardin (2.5 heures)

Séquence 3 : Adopter les bons gestes professionnels (3 heures)

Séquence 4 : Prévenir les risques liés à l'activité professionnelle (3 heures)

Séquence 5 : S'intégrer dans une démarche de responsabilité éco-citoyenne (8 heures)

Véronique et Marie-Claude ont ouvert la session jeudi dernier sur le thème « comprendre les éléments de droit du travail et de protection sociale » (sous-thème de la séquence 1).

« La terre peut subvenir aux besoins de chacun mais pas à l'avidité de tout le monde. » (citation de Gandhi). Ce fût le thème de la 2^{ème} formation (sous-thème de la séquence 5) dispensée aux salariés mardi dernier. En effet, Jean-Luc intervenant à l'ASDER (Association Savoyarde pour le développement des Energies Renouvelables) a animé une intervention sur les économies d'énergies. Nous sommes très vite rentrés dans le vif du sujet avec les questions diverses et intéressées des salariés. Le discours n'était ni moralisateur ni culpabilisant, le principe étant de donner aux jardiniers des conseils pratico-pratiques pour diminuer leur facture d'électricité, de chauffage ou d'eau. Conseils simples et réalisables par tous : aspirer les grilles d'un radiateur électrique, dégivrer régulièrement frigo, laisser le mitigeur d'eau du robinet en position d'eau froide, installer un mousseur (4 à 5 euros) ou un réducteur de débit (une trentaine d'euros) sur le robinet, dépoussiérer les ampoules régulièrement...etc.

Ces formations vont se dérouler tout au long du mois de novembre, jusqu'au 8 décembre, ainsi j'aurai le plaisir de vous donner des informations complémentaires régulièrement via la feuille de chou.

Floriane, Chargée d'Insertion

RAPPEL :

Pensez à ramener régulièrement les sacs en toile, les sacs plastiques marqués Terre Solidaire (nécessaires en cas d'oubli ou de report), et les cagettes. Merci !

Pour les adhérents qui nous ont rejoints dernièrement, nous vous demandons un peu de patience, en effet, il ne nous reste pas assez de sacs à mettre à votre nom, nous sommes en cours d'acquisition de nouveaux sacs. Merci de votre compréhension !



AUVERGNE – Rhône-Alpes

