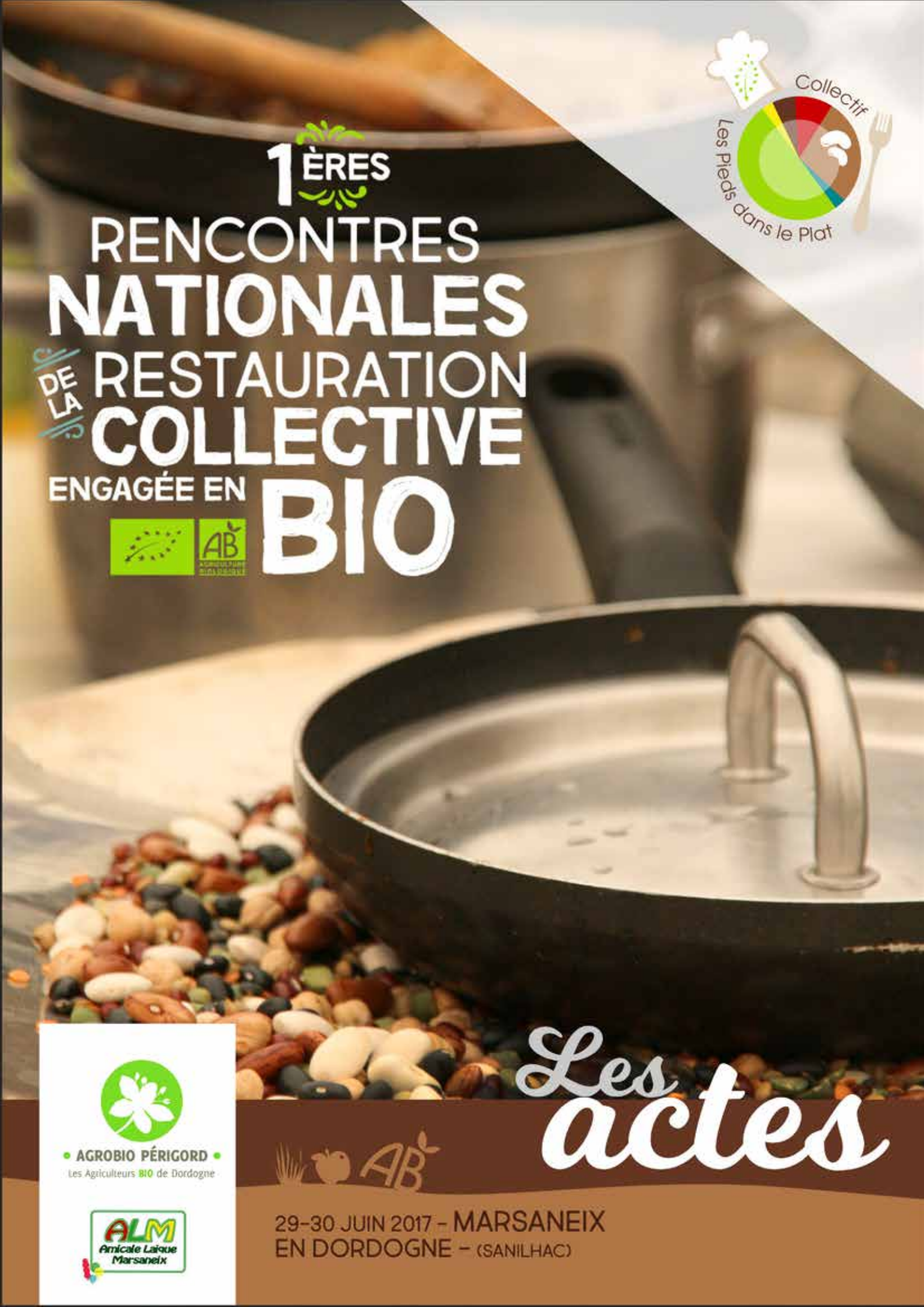


Collectif Les Pieds dans le Plat

1ères RENCONTRES NATIONALES DE LA RESTAURATION COLLECTIVE ENGAGÉE EN BIO

Les actes

29-30 JUIN 2017 - MARSANEIX
EN DORDOGNE - (SANILHAC)

AGROBIO PÉRIGORD
Les Agriculteurs BIO de Dordogne

ALM Amicale Laïque Marsaneix

Le Mot du Collectif les Pieds dans le Plat

Par Pascal LACHAUD

Il me revient le privilège de vous souhaiter la bienvenue pour les travaux de ce premier forum de la restauration collective bio certifiée, qui est le fruit de 10 ans de retours d'expérience de notre collectif au travers l'accompagnement de collectivités et de professionnels de la restauration collective sur tout le territoire national.

Tout d'abord, ces rencontres sont bien évidemment sous le signe de la générosité, celle des pluies indispensables aux paysans, à la biodiversité et aux êtres vivants, ensuite et bien sur la générosité et l'hospitalité des habitants de Marsaneix, de nos amis de l'amicale laïque, de la commune et des services publics.

Il convient ici, à l'ouverture de ces Rencontres Nationales que nous voulons studieuses et conviviales, de vous dire que nous voulons vous donner ce que nous avons de meilleur au travers des ateliers que nous avons concoctés, des conférences et tables rondes mais surtout autour des mets que nous avons préparés avec des produits bio majoritairement issus de votre territoire, ainsi que la force de caractère bien trempée qui est la nôtre. Nous avons comme de coutume pris un immense plaisir à cuisiner ensemble à 15 ou 20 parce que cela compte le partage, l'échange, la bienveillance, les suggestions et propositions de tous les membres ducollectif car nous ne sommes que de simples humains sociaux et riches de nos diversités, avec un seul fil conducteur : nourrir les populations avec une alimentation de qualité bio, qui vous apporte du plaisir mais aussi qui enrichit votre culture et la nôtre .

Notre collectif existe car le réseau FNAB , mes amis Eric et Julien ici présents ont su convaincre, après le Grenelle de l'environnement en 2008, que la restauration collective sociale devait être accompagnée par des professionnels expérimentés, sérieux, référents sur leurs territoires pour faciliter l'introduction de produits bio locaux et rendre accessibles aux enfants et aux citoyens de la République une alimentation de qualité.

Patiemment , nous avons rassemblé ces professionnels, diététiciens et chefs de cuisine pour créer un réseau de formateurs, parler le même langage puis s'auto- former. Cette magnifique aventure dure depuis 10 ans, nous avons réussi dans cette période à unifier un véritable réseau de complicité, de bienveillance, de professionnalisme et d'amitié pour que vive une histoire collective qui a du sens, celui de l'envie et du besoin que l'alimentation soit heureuse et saine pour le plaisir du plus grand nombre. 10 ans c'est aussi un anniversaire qui est celui du restaurant scolaire de Marsaneix en bio et qui nous prouve que la restauration collective 100% bio inscrit ses lettres de noblesse au cœur de la gastronomie populaire de Dordogne. En 10 ans, le Collectif les Pieds dans le Plata créé le premier référentiel technique national en cuisine bio. Des modules de formation de cuisine bio, de diététique, d'organisation du travail, de développement sensoriel, d'histoire moderne de l'alimentation ont été créés de toute pièce et proposés au CNFPT et aux organismes de formation. Un catalogue est à votre disposition.

Nous avons entrepris un travail de fond sur le sens des métiers de cuisiniers afin qu'ils ne deviennent pas des assembleurs aux seuls services de l'agroalimentaire et de la concentration des moyens de production dans des cuisines où l'on ne cuisine plus.

Il y a quatre ans nous nous enorgueillissions qu' ici à Marsaneix nous avions contribué au fait que ce restaurant scolaire devienne le premier en France à être labellisé par Ecocert ; 350 ont étés labellisés depuis.

Notre volonté réside bien dans l'apport original qui lie les métiers de la restauration collective sociale aux choix qui s'imposent aux sociétés pour réduire les risques sanitaires, environnementaux, de désertification des campagnes. Nous ne sommes en rien des missionnaires mais bien des épicuriens, considérant que les plaisirs de la table intègrent complètement notre patrimoine commun culturel et immatériel. Faciliter l'introduction de produits frais, bio de saison dans les assiettes des citoyens dans un cadre d'égalité d'accès relève bien d'une mission de service public à laquelle nous contribuons à répondre de notre place d'acteur associatif dans un cadre d'éducation populaire.

- Rendre accessible les repas de qualité en bio constitue un engagement à portée de main pour toutes les collectivités pour peu qu'elles décident qu'il s'agit d'une priorité et d'un droit fondamental. Celui de s'alimenter qui est écrit en toute lettre dans la déclaration universelle des droits de l'homme de 1948.

- Eduquer les enfants à une alimentation plaisir, saine, diversifiée relève d'un véritable enjeu de société à l'heure où les palais sont malmenés par les vendeurs d'alimentation vite fait, vite cuite, vite mangé peu digeste et qui renforce les addictions.

- Accompagner les professionnels de la restauration devient un impératif pour sortir des fausses appréhensions qui sont légion et qui ne reposent sur rien, mais aussi un besoin exprimé par les professionnels pour réinvestir pleinement leur métier, cuisiner, transformer, assaisonner, cuire juste, respecter les besoins nutritionnels, servir avec plaisir ce qui constitue une somme de travail d'une équipe et qui sera mangé, dévoré en quelques minutes mais qui laissera des mémoires olfactives, visuelles, gustatives qui forgeront les caractères et les personnalités.

- Coopérer avec les collectivités locales, les paysans bio et les organisations interprofessionnelles, les structures d'éducation populaire et les services de l'Etat constituent pour nous un objectif à atteindre pour augmenter la part de bio en restauration collective et revitaliser nos métiers et nos territoires.

Vous êtes venus avec des questions, des problématiques particulières, des besoins à satisfaire. Les ateliers, conférences et tables rondes, dégustations que nous vous proposons durant ces 2 jours vont tâcher de vous apporter nos retours en toute humilité. Votre présence massive, votre provenance issue de plus de 35 départements de notre pays prouve que nous sommes sur la bonne voie.

J'ajouterais que nous avons besoin les uns des autres parce que la terre est ronde et que nous pouvons continuer à tourner autour ensemble en se donnant comme ligne d'horizon la construction d'une loi organique sur la restauration collective sociale bio de qualité. L'heure est venue pour notre collectif de se doter de moyens en force de travail salariée pour pérenniser cette fabuleuse démarche mais aussi et surtout répondre aux enjeux de notre temps.

Au nom du Collectif les Pieds dans le Plat, je vous souhaite de bon travaux et je vous remercie pour votre attention.

Le collectif national "les Pieds dans le Plat"

Le Collectif « les Pieds dans le Plat » est une association nationale composée principalement de cuisiniers et diététiciens qui proposent du conseil, de la formation et de l'accompagnement de la restauration collective sociale pour faciliter l'introduction de produits bio locaux dans une démarche de santé.

« Groupe de formateurs bio initiés par la Fédération Nationale de l'Agriculture Biologique (FNAB) et par l'Institut de Formation de l'environnement (IFORE) suite à la loi du grenelle de l'environnement, nous nous sommes constitués en collectif pour fédérer d'avantages d'acteurs autour de la nutrition biologique et la restauration collective. »

Contact : Collectif les Pieds dans le Plat - 7 impasse de la Truffe 24430 COURSAC
Aurélie MANSARD BENAZET, co-présidente - Tél : 06 62 80 96 22 - 06 63 08 49 09
www.collectiflespiedsdansleplat.fr collectifpiedsdansleplat@gmail.com

AgroBio Périgord

AgroBio Périgord est l'association de développement de l'agriculture biologique en Dordogne-Périgord depuis 1989.

L'association fédère un réseau de plus de 400 adhérents, principalement des producteurs mais aussi des porteurs de projet à l'installation, des jardiniers, des transformateurs, des magasins...
Elle est partie prenante de la FNAB, Fédération Nationale d'Agriculture Biologique, et fait partie du réseau régional Act'terres Bio Nouvelle-Aquitaine.

Contact : AgroBio Périgord - 7 impasse de la Truffe 24430 COURSAC
Emmanuel MARSEILLE, Directeur - Tél : 05 53 35 88 18
www.agrobioperigord.fr contact@agrobioperigord.fr

L'Amicale Laïque de Marsaneix

L'Amicale Laïque est une association de village œuvrant au quotidien dans des actions autour du vivre-ensemble et de la laïcité.

Son siège social est à la mairie de Sanilhac (24).
A l'initiative de Jean-Marc MOUILLAC, son cuisinier, le restaurant scolaire de Marsaneix (désormais commune de Sanilhac) est la première structure scolaire à avoir obtenu en France et en 2013 le label 100% bio d'ECOCERT.

Le programme

JEUDI 29 JUIN 2017

MATINÉE

Accueil et installation des exposants, fournisseurs de la restauration collective, associations et partenaires institutionnels.

APRÈS-MIDI

CONFÉRENCE ***« La restauration collective pour développer l'agriculture biologique, quelles démarches durables sur les territoires ? »***

Intervenants : Brigitte ALLAIN, ancienne députée de la Dordogne - Philippe POINTEREAU, président de la SODAGRO – Jean-Paul GABILLARD, FNAB et FRAB Bretagne

ATELIERS PRATIQUES

1. Techniques culinaires des céréales et légumineuses : atouts nutritionnels et maîtrise des coûts
2. Intérêts et méthode de la cuisson basse température
3. Pâtisserie et desserts maison
4. Education au goût

TABLES RONDES

1. La formation, outil pour une introduction pérenne des produits bio
2. Plaisir de manger, santé, planète : quels leviers pour quels changements
3. Quelle logique d'approvisionnement et de planification des menus
4. Gaspillage alimentaire : comment intervenir auprès des convives

VENDREDI 30 JUIN 2017

MATINÉE

CONFÉRENCE ***« La laïcité au cœur de la restauration collective bio locale »***

Intervenants : Jean Charles DIONISI, SIRESCO – Yannick SEGUINES, responsable du pôle engagement Léo Lagrange Sud-Ouest.

CONFÉRENCE ***« Labelliser sa restauration collective bio »***

Intervenants : A. RAGOT-JOUBERT, Interbio Nouvelle-Aquitaine – L. PUJOS, Ecocert – P. RAVENEAU, Fondation Nicolas Hulot.

APRÈS-MIDI

CONFÉRENCE ***« Manger Bio : un modèle-santé pour la restauration collective »***

Intervenants : L. CHEVALLIER, médecin nutritionniste – C. AUBERT, ingénieur agronome.

Reprise des ATELIERS et TABLES RONDES de la veille.

Ces journées de la restauration collective bio ont été inaugurées par :

Mme Anne-Gaëlle BAUDOIN-CLERC, Préfète de la Dordogne
Mme Brigitte ALLAIN, ancienne députée de la Dordogne
Mme Bernadette PAUL, représentante du Conseil Régional
M. Germinal PEIRO, Président du Conseil Départemental de la Dordogne
M. Jean-François LARENAUDIE, Maire de Sanilhac
M. Christian LAROCHE, Maire de Marsaneix

Ils étaient accompagnés des membres de l'association « Les pieds dans le plat », réunis devant une très nombreuse assistance.

Les exposants

DU MAÏS PAYSAN DANS MON ASSIETTE
Collectif d'associations de Nouvelle-Aquitaine œuvrant au développement du maïs population (issu de semences paysannes) pour l'alimentation humaine.

TERRE DE LIENS AQUITAINE
Association agissant collectivement pour le maintien des terres agricoles.

PAYS'EN GRAINE
Réseau périgourdin des espactes-tests agricoles.

LE PRÉ VERT
Coopérative d'éleveurs bio.

TERRA ALTER GASCOGNE
SCIC pour la planification de légumes locau en Haute-Garonne, Landes, Gers et Lot-et-Garonne, commercialisation pour la restauration collective.

SODEVI
Produits techniques et innovants en matière de bio nettoyage d'équipement.

CONFORT ET EAU
Entreprise de purification et dynamisation de l'eau, grand public et professionnels.

COLLECTIF SENSO
Collectif de 3 professionnelles de la santé environnementale (Olga DIARTE/ODE, experte de la qualité de l'air, Anne LAFOURCADE/ALICSE, ingénieur chimiste spécialiste des produits de grande consommation et Céline COUPEAU, éco-infirmière et formatrice).

AGORES
Animation des directeurs de la restauration collective territoriale.

LA LIGUE DE L'ENSEIGNEMENT
Grand mouvement d'éducation populaire fondé en 1866, partenaire de la vie associative, de l'école publique et des acteurs locaux. Fédération départementale de la Dordogne.

SMD3
Syndicat Départementl des Déchets de la Dordogne.

MBIM
Manger Bio Ici et Maintenant, créée en 2010, regroupe des acteurs de la restauration collective à l'échelle locale (plateformes de distribution et distributeurs, réseaux et partenaires).

BIOCOOP RESTAURATION
Distributeur bio au service de la restauration collective.

ECOCERT
Organisme certificateur ayant créé le label «En Cuisine».

FROID CUISINE 24
Etude, installation et maintenance d'équipement de cuisine.

AGRILOCAL 24
Association mettant au service du territoire une plateforme de mise en relation sur internet entre l'offre et la demande en produits locaux pour la restauration collective.

INTERBIO NOUVELLE-AQUITAINE
Association interprofessionnelle œuvrant au développement de l'agriculture biologique, notamment en restauration collective, en Nouvelle-Aquitaine.

CREPAQ
Le CREPAQ œuvre auprès des citoyens à l'édification d'un monde plus écologique, solidaire, coopératif et équitable.

DOMAINE THEULET-MARSALET
Cinq générations de vignerons bio installés au sud de Bergerac.

DOMAINE DE LA TUQUE
Domaine viticole, gîte et chambres d'hôtes à Biron, au pays des Bastides.

DES LIVRES ET NOUS
Librairie indépendante à Périgueux.

OSONS BIO
Association du Ribéracois (24) ayant pour but d'aider les restaurants collectifs à introduire des produits bio et locaux en restauration collective et de sensibiliser la population au «bien-manger».

CLAS
Entreprise de transports frigorifiques implantée à Sanilhac.

FONDATION POUR LA NATURE ET L'HOMME
Créée en 1990 par Nicolas Hulot, elle œuvre pour un monde plus équitable et solidaire, qui respecte la Nature et le bien-être de l'Homme.

FAMILLE TEULET
Producteurs de pommes bio dans le Limousin. 200ha de vergers. Pommes (Golden Delicious AOP), jus de fruits, purées, cidres, vinaigres etc.

Les conférences

CONFÉRENCE

LA RESTAURATION COLLECTIVE POUR DÉVELOPPER L'AGRICULTURE BIOLOGIQUE

QUELLES DÉMARCHES DURABLES POUR LES TERRITOIRES ?

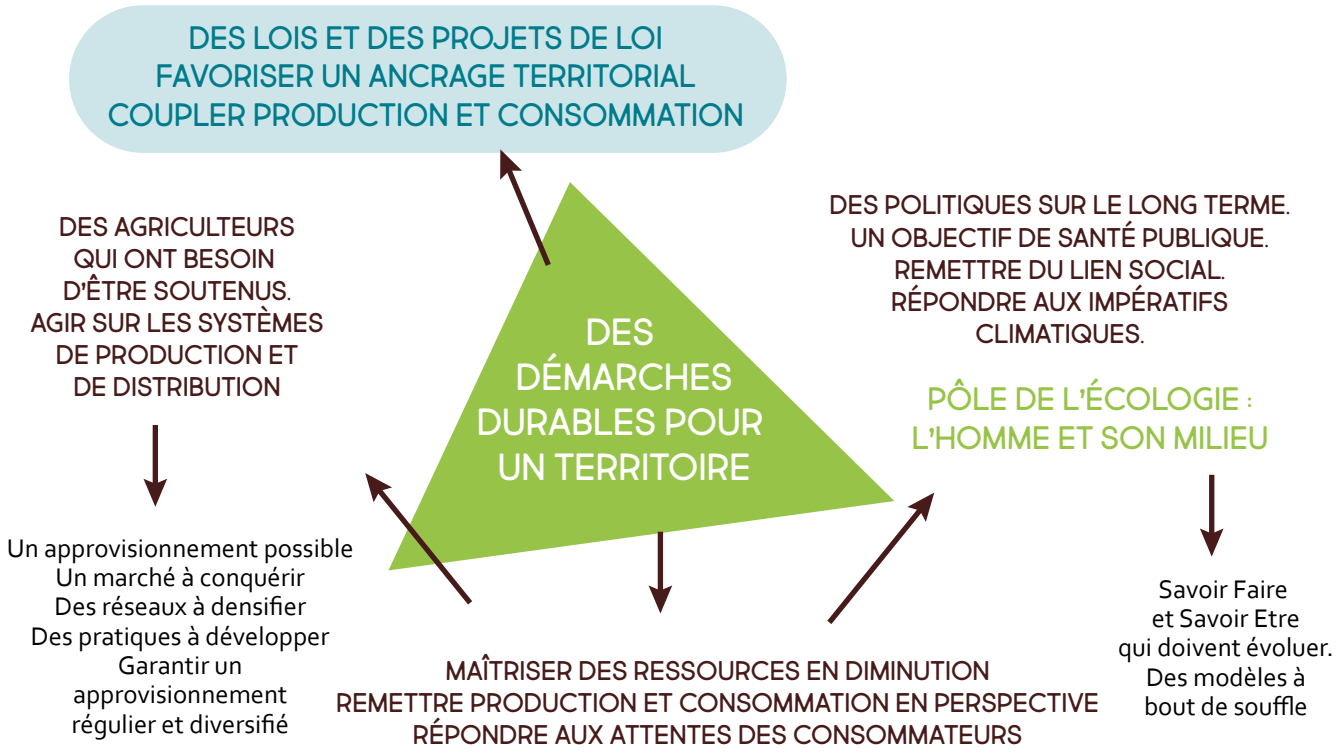
Intervenants :
Brigitte ALLAIN, ancienne députée de la Dordogne
Jean-Paul GABILLARD, fédération nationale de l'agriculture biologique (FNAB) – FRAB de Bretagne
Philippe POINTEREAU, Agronome

Animateur : Alain FOURNIER

La conférence a permis de mettre en lumière trois leviers prospectifs pour développer une politique globale de développement de l'agriculture biologique dans notre société :

- Un levier qui concerne l'Etat et ses représentants dans les territoires,
- Un levier qui concerne la production et les agriculteurs,
- Un levier qui concerne l'écologie, et l'adéquation entre l'homme et son milieu de vie.

Lors de la conférence, chacun de ces leviers a été traité séparément et successivement par chaque intervenant, mais il en ressort la complexité d'une approche globale et complémentaire qui engage différents niveaux d'action.



LE LEVIER DE L'ACTION POLITIQUE

Mme Brigitte ALLAIN fait part du projet de loi parlementaire qu'elle a porté à l'Assemblée Nationale, adopté en première lecture par cette Assemblée Nationale mais rejeté par le Sénat.
Son objectif était de favoriser un ancrage territorial pour l'alimentation, tout en assurant l'alimentation d'une population. L'alimentation est en effet à la fois un droit de chaque individu et un devoir pour une société. Cette loi qui associait alimentation et agriculture consacre l'agroécologie. Elle affirme le droit à la souveraineté alimentaire, au travers de projets alimentaires territoriaux.

Le développement d'une telle problématique a des conséquences pour la production dans un système actuel qui découple production et consommation ; une des conséquences serait également de remettre du lien social. Le portage par les conseils alimentaires territoriaux fait ressortir une forte attente du consommateur en terme de qualité et particulièrement de qualité sanitaire (en lien avec le suremploi de produits phytosanitaires).

La restauration collective est en ce sens un levier efficace, même si ce ne doit pas être le seul, dont il est attendu un effet d'entraînement.

A l'heure actuelle, cette question fait l'objet d'un travail parlementaire pour une proposition de loi qui comporterait près de 50 propositions. Il s'agit de s'appuyer sur la restauration collective, de donner un cap et des moyens. On peut en dégager quelques articles :

- Objectif : utiliser dans la restauration collective 40% de produits locaux, dont 20% de produits bio. Les constats et évolutions peuvent être réalisés par l'Observatoire National de l'Alimentation.
- S'appuyer sur les régions au travers des projets régionaux pour l'agriculture et l'alimentation durables. Plusieurs volets sont présents, dont la production, les cuisiniers (et leur formation) et la distribution (avec notamment les questions d'acheminement).
- Comment engager le privé ?
- Valoriser le fait maison, en réhabilitant notamment le travail des cuisiniers.

Et maintenant ? Un constat positif est que tous les candidats à l'élection présidentielle ont inscrit cette problématique dans leur programme. Il s'agit donc aujourd'hui de réengager les politiques. Il faut reprendre en main les politiques alimentaires, retrouver du lien entre les territoires et les consommateurs, en prenant appui notamment sur la loi égalité/citoyenneté.

Synthèse

- Un ancrage territorial pour assurer les besoins alimentaires d'une population,
- Un couplage entre la production et la consommation,
- Un développement des circuits courts,
- La réponse à une attente légitime des consommateurs,
- Des pistes de réflexion et d'actions pour développer de nouvelles pratiques,
- Une volonté politique et un cadrage des objectifs et des moyens, qui peut se traduire par des lois,
- Un appui sur le local tant dans les politiques de production, que dans les pratiques des professionnels (agriculteurs, cuisiniers) qu'il faut réhabiliter.

LE LEVIER DE LA PRODUCTION

L'objectif d'approvisionnement contenant 20% de produits bio est parfaitement réalisable. Il représente environ 400000 ha. Déjà 70% des produits bio consommés en France sont produits sur le territoire national.

L'argument du coût financier peut être ramené par exemple aux 54 milliards nécessaires à la dépollution de l'eau, dont une grande partie tient aux pratiques agricoles actuelles.

La loi doit apporter un soutien aux agriculteurs, afin de leur permettre de s'engager et de viser les objectifs assignés.

Le réseau FNAB a pour but de reconquérir un marché laissé à la grande production et à la distribution. Mais agriculture locale ne signifie pas agriculture biologique. La part du biologique est encore très faible, avec environ 6% des surfaces de production. Cette dimension limitée crée un frein, avec la peur de ne pas pouvoir approvisionner de façon durable les collectivités. Une réponse est le développement de plates formes du type « Manger bio », capables d'assurer et de diversifier les approvisionnements.

Au-delà de la restauration collective scolaire, il est possible de viser la restauration collective en entreprise : manger bio et local en entreprise. M. GABILLARD rapporte l'expérience en cours menée avec la société Orange.

Cette démarche suppose des collaborations entre paysans et cuisiniers, le développement d'autres circuits d'approvisionnement, et d'autres savoir-faire. Il convient également de travailler à une échelle territoriale adaptée qui intègre cuisiniers, élus, consommateurs (parents d'élèves pour le scolaire), enseignants des écoles. L'exemple de l'école de Langouët fait à cet égard office de référence puisque la montée progressive vers le 100% bio s'est accompagnée d'une augmentation de 25% des repas servis, et a même des retombées positives sur le développement urbain de la commune en terme d'installations.

Synthèse

- Un développement de l'agriculture biologique possible sur l'ensemble du territoire,
- L'organisation de réseaux locaux de distribution qui garantissent un approvisionnement constant,
- Une reconquête d'un marché par trop laissé aux industriels de l'alimentation,
- La restauration collective scolaire comme tremplin pour d'autres expériences de restauration collective.

LE LEVIER DE L'ÉCOLOGIE

M. POINTEREAU évoque le « Scenario after 2050 » disponible sur le site de Solagro. Ce scénario propose de répondre à des questions vives, en travaillant à une transition agricole énergétique, et maintenant alimentaire. Il concerne bien des préoccupations écologiques dans le sens où il s'intéresse à la place de l'homme dans son milieu.

Un premier constat : l'évolution du climat. Notre pays est engagé, comme de nombreux autres, dans les accords de paris sur le climat. Pour arriver aux normes visées, il faudra notamment diviser par 4 les productions de gaz à effet de serre. Pour mettre en relation, cela signifie que chacun ne devrait pas faire plus de 75 km par jour avec son automobile.

L'agriculture est responsable de la production de 70% des gaz à effet de serre, avec principalement les émissions de méthane et de M2O, dues pour l'essentiel aux productions animales. Une première piste est d'inverser les rapports et de réduire de 2/3 à 1/3 la production animale par rapport à la production végétale. Pour y arriver, il faudra également se poser la question du mode d'élevage à privilégier, de la nécessaire remise à l'herbe des animaux, du retour à des durées d'élevage qui prennent en compte les développements normaux des animaux, de la nécessité de préserver les prairies permanentes.

Un second constat : la détérioration de la santé des consommateurs, avec des taux de cancers, de maladies cardio-vasculaires, de diabètes de type 2 en constante évolution (études de l'INSERM). Ces maladies sont prises en charge par la société, avec des taux de 100% de remboursement par la sécurité sociale. Ce coût ne fait qu'augmenter et pèse sur les finances nationales ; le coût de cette prise en charge par individu est estimé à environ 6000€.
L'effet du bio sur la santé est spectaculaire avec des diminutions allant jusqu'à 50% sur le surpoids et l'obésité. Il a aussi été évoqué l'influence des perturbateurs endocriniens au cœur d'un débat national actuel.

M. POINTEREAU s'appuie sur le Plan National Nutrition et Santé (PNNS 4). Il préconise en terme de recommandations :

- des baisses de consommations de produits laitiers (de 3 à 2 par jour),
- un maximum de 500g de viande consommés hebdomadairement,
- un maximum de 150g de charcuterie par semaine,
- la consommation de 2 légumineuses par semaine,
- la consommation de produits sans pesticides.

Un troisième constat : la ressource est limitée et a atteint des maximums. La France ainsi importe 2/3 de ses produits alimentaires. La ressource va rapidement venir à manquer. De plus, les modes d'élevage (poissons notamment) entraînent des concentrations de plus en plus importantes en métaux lourds dans les aliments.
La solution est dans les mains des consommateurs.
La conclusion de ces changements va de pair avec un changement d'alimentation. Les surfaces cultivées actuelles ne permettent pas de nourrir la population à venir sur les bases des habitudes alimentaires actuelles. Il manquerait environ 6 millions d'hectares pour répondre aux besoins à venir sur des schémas alimentaires inchangés.
Une consommation d'aliments bio permet, toutes proportions égales, une baisse de 30% de l'énergie nécessaire à la production, et une diminution du nombre d'hectares nécessaires à la même production. Sans compter le gain appréciable sur l'utilisation de produits pesticides !
Il faut donc aller vers une assiette plus végétale, vers des aliments moins raffinés, vers une consommation de produits locaux et saisonniers.

Synthèse

Une nécessité qui relève de trois constats :

- Des effets négatifs de pratiques agricoles et de choix de productions sur le climat et l'environnement,
- Des effets négatifs des habitudes alimentaires sur la santé des consommateurs,
- Une ressource limitée et dont la qualité se détériore face à des besoins en constante augmentation,

d'où une nécessaire évolution des choix de production et de consommation pour garantir à moyen terme une couverture des besoins alimentaires de toute la population.

REMARQUES

- On notera dans ces débats la confusion qui peut parfois exister entre production locale, production bio, entre consommer local et consommer diététique. Il est en effet possible de consommer local sans consommer bio, ce qui ne répond pas au problème posé. Il est également possible de consommer avec une part importante de bio sans respecter certaines règles alimentaires de base (comme par exemple la diminution de l'alimentation carnée).
- Il faut aussi s'entendre sur ce que recouvre le terme « local » ou « territorial » : de la taille du territoire concerné dépend en grande partie la réussite du projet. D'autre part, tous les produits n'ont pas vocation à relever d'une distribution locale. Ces objectifs visent principalement les cultures maraîchères et arboricoles. Elles peuvent être développées de manière importante dans les zones périphériques des grandes villes.
- Le retour à la consommation de produits de saison a également fait partie des solutions à mettre en place, limitant par là même les approvisionnements à l'autre bout du monde et les questions d'empreinte carbone qui y sont liées.

CONFÉRENCE

LA LAÏCITÉ AU CŒUR DE LA RESTAURATION COLLECTIVE BIO LOCALE

Intervenants :
Jean-Charles DIONISI, ancien Directeur général du Syndicat intercommunal pour la restauration collective (SIRESCO) ;
Yannick SEGUIGNES, responsable du pôle engagement Fédération Léo Lagrange Sud ouest ;
Animateur : Alain FOURNIER

Les acteurs sur le terrain de la mission de restauration sociale collective en lien et au sein de la communauté éducative sont souvent confrontés aux questions des interdits alimentaires, des injonctions religieuses ou philosophes parentales.

SE NOURRIR ET FAIRE REPAS

Comprendre cette problématique vécue sur le terrain invite à partir du repas, de sa fonction nutritionnelle, de son rapport social. L'alimentation n'est pas une faculté optionnelle. Elle est un besoin organique incontournable pour chacun quand la satisfaction du besoin est commun à tous. Les aliments ont une fonction vitale pour être en bonne santé, pour restaurer l'état de bien être, pour grandir, pour reconstituer sa force de travail... dans le cadre de la vie sociale. Le repas est collectif. Manger seul n'est pas faire repas, c'est au mieux se nourrir. Faire repas porte une dimension culturelle où l'alimentation et la nourriture participent du patrimoine culturel : le plaisir à table, le partage de paroles, les valeurs positives de solidarité, de convivialité, de partage... Le repas est un acte social qui distingue et qui réunit. Seulement l'être humain ne se nourrit pas seulement de tout cela. Il mange tout aussi bien des symboles et des rêves. « Pour qu'une nourriture soit bonne, il faut qu'elle soit bonne à manger et bonne à penser » *(Lévi-Strauss, anthropologue)*. Les autres nourritures sont souvent associées au repas : les croyances, les religions, les conceptions philosophiques. Partant ainsi du besoin organique à satisfaire, qui dans sa dimension individuelle est une affaire privée, le repas est bien un acte qui s'inscrit totalement dans un rapport social, par définition collectif. La question est posée de savoir comment réussir à articuler « une problématique d'ordre privée dans un cadre collectif, tout en respectant la laïcité » *(Roland Weyl, juriste)*.

LE CADRE DE LA LAÏCITÉ

Les racines de la laïcité s'inscrivent dans un long mouvement de notre histoire depuis le 14ème siècle. La sécularisation va se développer dès lors que la distinction entre les pouvoirs spirituels et temporels est posée/imposée par Philippe Le Bel. C'est l'affranchissement de la tutelle pontificale et le début d'une politique où l'autorité du souverain devient sans limites. La dimension politique sera progressivement arrachée à la religion. Le Pape et l'Eglise n'auront de pouvoir que sur les choses spirituelles. Aucune puissance ecclésiastique par l'ordre de Dieu ne peut soumettre les rois et les souverains s'agissant du temporel. On se trouve progressivement en présence d'un catholicisme établi.

Parallèlement à la sécularisation, un long mouvement de reflux des croyances va se développer. La déchristianisation se développe dans la société et l'existence d'un athéisme est très répandu. Les Idées des Lumières seront l'expression essentielles de ces évolutions. Le 18ème siècle sera le terreau d'une révolution copernicienne avec la substitution du devoir envers Dieu, remplacé par les Droits de l'Homme. Les racines de la laïcité sont dans les Philosophies des Lumières. C'est le sens profond de la Révolution de 1789 avec la Déclaration des Droits de l'Homme et du Citoyen, qui proclame la liberté religieuse : « nul ne doit être inquiété pour ses opinions, mêmes religieuses, pourvu que leur manifestation ne trouble l'ordre public établi par la loi ». La notion de reconnaissance comme individus s'affirme. C'est le retournement conceptuel : le sujet ne dépend plus d'une autorité qui représente le « créateur »

souverain, les individus ont des droits, le peuple est souverain. Déjà une séparation de l'Eglise et de l'Etat intervient avec la première constitution républicaine du Directoire en 1795. Le 19ème siècle est une période de luttes d'influence et de combat sur la nécessité d'établir une séparation véritable entre les différentes confessions et la sphère publique. A partir de 1869 où tous les partis républicains s'engagent sur la laïcité pour l'école publique et la séparation des Eglises et de l'Etat, la bataille politique pour la laïcité va se développer. Le processus de laïcisation va se consolider avec les lois scolaires de 1880 à 1886. La loi de 1905 viendra mettre un terme au système concordataire établi en 1801. La loi de séparation intervient précisément dans les termes de 1789. Le principe de laïcité est inscrit dans le préambule de la constitution de 1946. On passe ainsi de la laïcité-séparation à la laïcité-neutralité. 1958 confirmera que la France est une République laïque.

S'il n'y a pas de définition juridique de la laïcité, André Philipp, Député à la constituante de 1946, tient un discours d'une modernité actuelle : « Le cadre laïque se donne les moyens de faire co-exister sur une même territoire des individus qui ne partagent pas les mêmes convictions au lieu de les juxtaposer en une mosaïque de communautés fermées sur elles-mêmes et mutuellement exclusives ». L'unicité de la République n'est pas uniformité. Pour autant, la laïcité ne peut pas être réduite à une sorte d'intercommunautarisme. Il s'agit de garantir le cadre républicain laïque du vivre ensemble.

LE TEMPS DE LA RESTAURATION COLLECTIVE

Dans la vie scolaire, y compris lors de la pause méridienne du repas, la neutralité de la République laïque s'impose à tous les personnels. C'est la raison de son inscription dans le cadre statutaire des agents publics. Il n'y a pas de possibilité de pratiques religieuses dans l'espace public. Il ne peut y avoir de « repas religieux ». Le principe de laïcité implique la lutte contre toutes les discriminations. Le repas de substitution est discriminant. Le repas fait partie du champ éducatif global. La dimension éducative au sein de la famille, au sein de l'école est très importante.

Le restauration est un instrument d'éducation à bien se nourrir, au goût, à la convivialité dont le savoir se tenir, vivre ensemble, à la sociabilité... Le repas hors domicile est un temps de lien social qui enrichit le répertoire alimentaire en complément du lien familial. L'ouverture culinaire est importante pour la construction de l'enfant, cet adulte en devenir citoyen.

Aux différentes dimensions, alimentaires, culturelles, éducatives, de lutte contre les discriminations, plus récemment en 2010, une dimension juridique avec la définition législative d'une politique publique de l'alimentation vient préciser les conditions réglementaires de la qualité de la restauration scolaire avec le décret et l'arrêté interministériel du 30 septembre 2011. La reconnaissance d'un bon repas nutritionnel est une avancée et un point d'appui légitime pour les acteurs de la restauration sociale. L'approche globale de la restauration sociale est essentielle à la croissance et au développement de l'enfant. Ce temps de formation devrait intégrer le projet éducatif global. Il faut investir le projet de territoire (PEDT).

NOURRITURE ET LAÏCITÉ : L'INTELLIGENCE DU SERVICE PUBLIC

Vouloir articuler restauration sociale collective et laïcité conduit à réfléchir à ce que le service public peut faire ou pas. Pour cela, il est indispensable de mettre les droits de l'enfant au centre du débat en reliant l'ensemble des termes nutrition, éducation, citoyenneté... Comment respecter le libre choix de l'enfant sans discrimination, dans une égalité d'accès à la table sociale d'une restauration qualitative, au moyen d'une laïcité fondamentalement respectueuse des convictions de chacun ? Comment vivre la diversité de la table commune ? Comment concilier dans une conception démocratique, mettre en cohérence au sein du service public confronté à la gestion d'un élément de la vie privée dans un cadre public collectif ? L'exercice concret consiste à déterminer comment décliner l'unicité du service public et la notion du contenu pluraliste de la laïcité qui garantit la liberté de croire ou de ne pas croire.

Et sachant que l'éducation de l'enfant est composite : familiale et publique. Ce n'est pas par la laïcité que peut se résoudre cette problématique parce que techniquement, c'est impossible pour le service public. L'autre approche est de partir de la notion de service public et l'assumer pleinement. La vraie contradiction peut être dépassée par le service public qui par définition est un moyen en commun. L'alimentation relève du domaine privé mais il est vrai que les repas collectifs sont des éléments éducatifs parce que socialisants. L'approche par le service public permet de dépasser la contradiction. Elle porte comme démarche de principe l'amélioration permanente, en l'occurence de l'amélioration de l'offre de restauration. Travailler cela débouche sur la possibilité, la faisabilité à gérer un doublement de l'offre d'entrées, de plats principaux, voir de garnitures. S'engager sur cette piste concrète, c'est passer de l'uniformité à la diversité des plats, du menu. Comment faire vivre la richesse de la diversité à la table commune. Comment réduire sensiblement l'effet de lassitude de la «cantine» ? C'est faire appel à la créativité de tous les professionnels de l'amont à l'aval de la production de la prestation sociale, éducative, culturelle du repas. C'est avoir une lecture dynamique du cadre réglementaire qui offre des marges de manoeuvres pour satisfaire aux différentes aspirations.

C'est exploiter toutes ces possibilités dans le respect des normes réglementaires et du libre choix de penser à sa nourriture au moyen d'une laïcité fondamentalement respectueuse des convictions de chacun. La pratique est de réfléchir à partir de la connaissance du public de convives, de concevoir les menus, de produire les plats qui favoriseront le respect du libre choix de l'enfant, d'adapter les grammages au niveau de d'appétit et de sasiété du convive, à l'envie, au goût et au dégoût...

Concrètement sur le terrain, observer d'abord, recueillir les informations, apprécier, proposer, décider, assumer, faire. Tricoter la connaissance des réalités du terrain avec la maîtrise des fiches techniques des produits à transformer ou utilisés. Accroître l'exploitation de tous les paramètres revient à pratiquer l'explosion combinatoire des plats et menus possibles.

LE CHAMP DU POSSIBLE

On mesure combien il n'est pas aisé de concilier les contraintes techniques et de gestion du service public, la neutralité du service public tout en assumant des obligations qui relèvent en principe de la sphère privée. C'est là que l'intelligence du service public peut produire des avancées et même innover. Engager les réflexions pour déterminer ce que le service public peut faire ou pas, en respect des lois, au regard des nombreuses contraintes de tout ordre, permettra sur le terrain d'identifier les pistes et les rythmes des actions. Elles sont identifiées pour concilier les contraintes tout en assumant les obligations. « Le plus petit commun dénominateur » selon la formule de Dounia Bouzar, anthropologue du fait religieux, les combinaisons du plan alimentaire diversifié, équilibré et une pratique de développement de l'offre des plats et des menus, sont déjà des pistes concrètes de travail et d'action qui existent.

Un exemple : les enfants ont le choix entre un menu A et un menu B à chaque service. Un des deux menus est élaboré de sorte à être une offre acceptable au regard des interdits alimentaires dictés ou non par les familles. La répartition quantitative entre « A » et « B » résulte d'une simple observation des comportements. Le curseur est mouvant entre « A » et « B » site par site. La méthode est d'avoir une quantité de repas pour le menu le plus acceptable au titre des convictions individuelles, largement supérieure à celle de l'autre menu. Ainsi, les convives sont en situation d'égalité de traitement avec un choix réel et possible, d'une offre alimentaire dans le cadre laïque et pleinement respectueux de toutes les prescriptions législatives et réglementaires. Cette solution a été mise en œuvre dans plusieurs communes où deux menus sont proposés, en quantités suffisantes pour donner à chacun la possibilité du choix du repas, où tous peuvent choisir en fonction de leurs goûts ou de leurs interdits. Le service en mode self facilite sa gestion. Il n'y a pas de surcoûts de fonctionnement. L'efficacité : la question des interdits alimentaires s'est éteinte d'elle-même. Le nombre de convives a augmenté. La réduction du gâchis aimentaire a été observée.

La table de la restauration sociale est commune et le repas est consommé sans discrimination. L'enfant, respecté dans ses droits y compris celui de consommer le menu choisi, est en situation de faire grandir en autonomie sa citoyenneté en devenir.

Les ateliers

ATELIER

TECHNIQUES CULINAIRES DES CÉRÉALES ET LÉGUMINEUSES

ATOUTS NUTRITIONNELS ET MAÎTRISE DES COÛTS

Intérêt nutritionnel des protéines végétales.

Protéines :

- Fournisseur d'énergie,
- Constituant des muscles.

Elles sont constituées :

- D'acides aminés banaux (20),
- D'acides aminés essentiels (8) : on ne sait pas les synthétiser.

Protéines animales	Viandes, poissons, œufs, lait, laitage, fromage
Protéines végétales	Céréales, légumineuses, oléagineux, protéagineux
Céréales	Blé, riz, millet, sarrasin, avoine, orge, épeautre

Les protéines animales contiennent les 8 acides aminés essentiels mais pas les protéines végétales, à l'exception du quinoa et du soja.

	Avantages	Inconvénients
Protéines animales	• Acides aminés essentiels • Goût	• Coût • Graisse • Bilan carbone
Protéines végétales	• Moins chers, durables • Conservation facile • Absence lipides • Fibres, glucides • Indice Glycémique bas	• Absence acides aminés essentiels • Flatulences

EDUCATION AU GOÛT

ATELIER

Le goût fait l'objet d'un vocabulaire important, où l'on fonctionne souvent par métaphores et analogies. L'enjeu du goût est de réduire l'intervalle entre le seuil de perception et le seuil de reconnaissance.

Le goût peut être placé sur deux échelles linéaires qui vont du simple au complexe pour l'une, du banal à l'original pour l'autre. On sait que le goût se développe en vieillissant. Le simple et le banal est situé dans le secteur de l'enfant, ce qui veut dire qu'il est peu perméable aux goûts complexes et /ou originaux.

L'éducation au gout dans dans les collectivités participe à la culture : ce qu'on apprend aux enfants aura des répercussions sur son cercle familial et sur son futur.

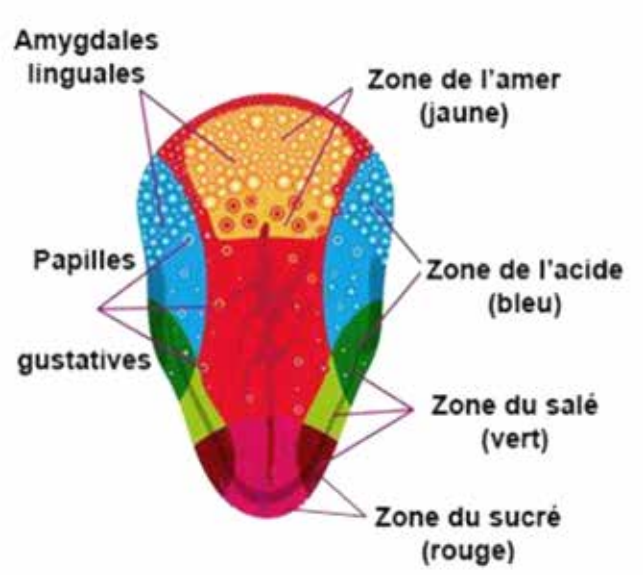
LE GOÛT ET LA LANGUE

La langue perçoit des saveurs. Elles sont au nombre de 5 : le **sucré**, le **salé**, l'**acide**, l'**amer** et l'***umami*** (délicieux, savoureux – nom d'origine japonaise ; c'est un exhausteur de goût qui permet de sur-saler ou de sur-sucrer).

Les papilles perçoivent ces saveurs dans des zones différentes de la langue :

- Le sucré est perçu particulièrement sur le bout de la langue,
- L'acide et le salé sur les côtés de la langue, l'acide en position antérieure, le salé en position postérieure,
- L'amer est perçu sur le fond de la langue,
- L'umami concerne la partie centrale de la langue.

Il s'agit bien sûr de généralités qui peuvent avoir des déclinaisons spécifiques pour chaque individu.



ORGANES DU GOÛT

La connaissance des saveurs est nécessaire pour réaliser les assaisonnements, tâche importante du cuisinier pour donner de l'appétence à ses plats.

Un des objectifs de l'éducation au goût est de se réapproprier les saveurs. En effet, la production alimentaire industrielle recherche des saveurs qui ont pour conséquence une consommation plus importante des individus, comme par l'introduction de sucre en quantité dans les aliments préparés. Il s'agit donc pour chacun d'augmenter son autonomie alimentaire : cela passe par d'autres exigences, la découverte de goûts perdus, et une plus grande précision des saveurs.

On remarquera que les enfants, plutôt que de faire référence à un goût, font facilement référence à des marques.

Un objectif est de rechercher le « blist point », qui correspond à l'équilibre entre les différentes saveurs : salé, sucré, acide, amère.

Les enfants ont souvent tendance à identifier le cuisinier au goût de la nourriture. Cela pose un problème pour les cuisines centrales où il n'est plus possible d'identifier le cuisinier.

LE GOÛT ET LE NEZ

Les cils présents à l'intérieur du nez déclenchent des pulsions olfactives qui se transmettent au cerveau.
Pour ce qui concerne l'olfactif, on parle d'odeur pour ce qui est extérieur à soi (perçu plus spécifiquement lors de l'inspiration), et d'arôme pour ce qui est intérieur à soi (perçu plus spécifiquement lors de l'expiration).
L'arôme, ajouté à la saveur, s'appelle la flaveur (goût et odeurs mêlées).

L'odeur fait partie de l'acquis : il est donc important d'apprendre à le verbaliser.

LA PERSISTANCE

C'est la longueur en bouche. Elle est mesurée en caudalie (une caudalie correspond à une durée d'une seconde).
La persistance la plus longue est obtenue par le facteur UMAMI : on le recherchera dans les saveurs des aliments.
Pour l'huile, on parle d'ardence.

On peut aussi parler de texture pour définir un goût.
Dans des ateliers pratiques, il sera possible de réaliser des recettes simples en travaillant sur l'assaisonnement, et sur la « longueur en bouche ».

DES ATELIERS PRATIQUES

Un des ateliers pour travailler la perception des saveurs consiste à diluer les aliments dans l'eau pour atténuer voire faire disparaître la couleur. On peut aussi travailler les yeux bandés ou fermés pour que le visuel n'influe pas sur la découverte de l'aliment.
Pour apprendre la géographie de la langue, on peut faire des tests utilisant du sucre, du sel, du glutamate, de l'acide tartrique et de la quinine.

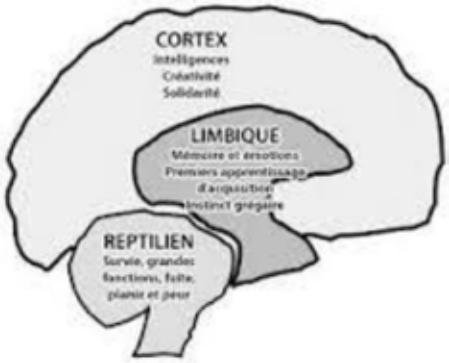
Expérience de dégustation :

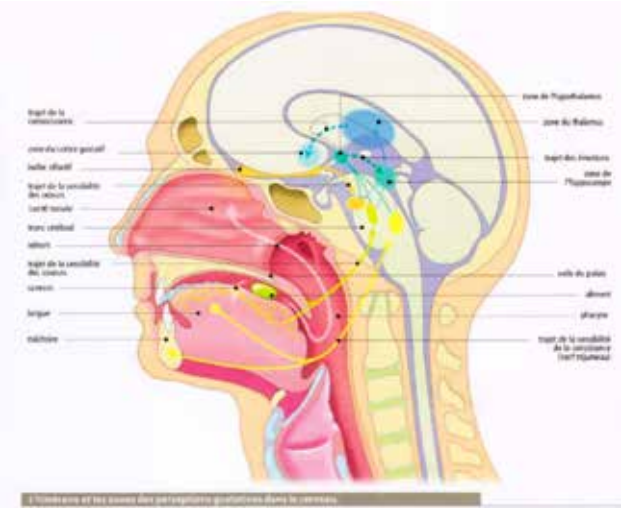
- yeux fermés, position de repos, respiration
- objet posé dans la main
- d'abord impression de contact, puis de touché, puis d'écoute, puis olfactif puis contact des lèvres, des dents, de la langue et on avale.

LE GOÛT ET LE CERVEAU

Ce qui nous fait manger, ce sont les émotions, les sensations, les pensées (comme le dit l'anthropologue Claude Levi-Strauss, *« un aliment pour être bon à manger doit être bon à penser »)*.

Nous sommes conditionnés à la fois par nos pensées, nos sensations et nos émotions. Ces 3 facteurs s'appliquent notamment au goût. Chacun d'eux fait appel à une région particulière du cerveau.
Le siège des sensations est dans le thymus, lobe situé dans la région préfrontale du cerveau.
Celui des émotions est situé dans le cerveau limbique.
Quant au siège de la pensée, il s'agit de la région du néocortex.

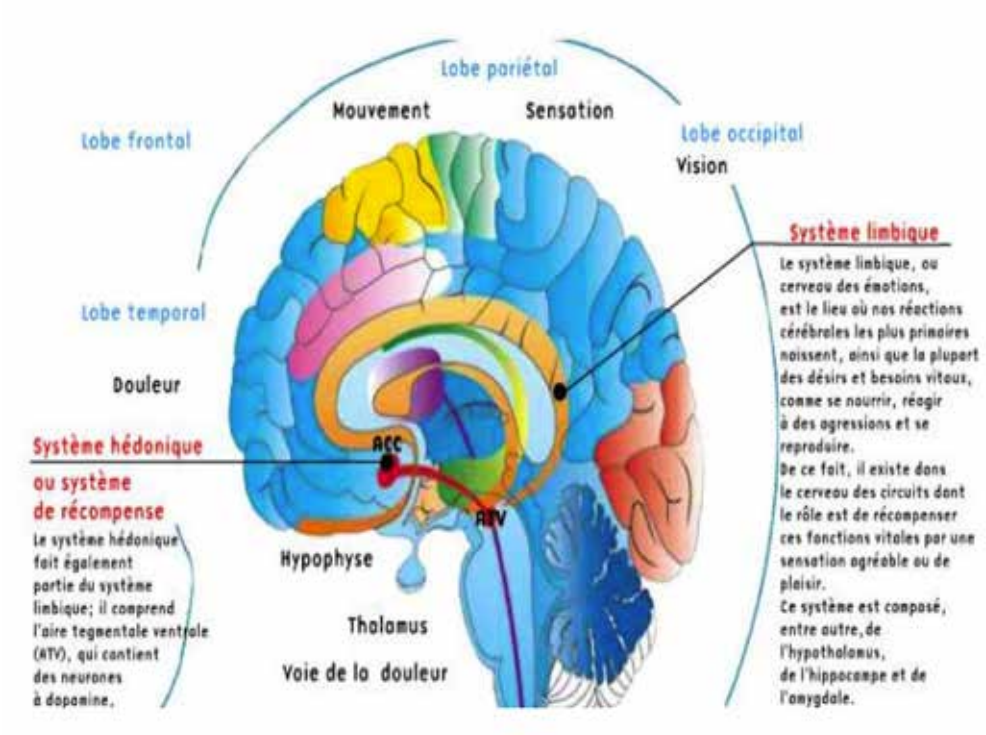




Les sensations peuvent être de différentes natures.
La faim est un signal physiologique qui correspond à une notion de besoin. Il convient donc de la différencier de la question de l'envie, qui n'est pas un besoin. Ces deux sensations peuvent être associées, mais ce n'est pas nécessairement le cas.

Pour maîtriser ses envies, un travail peut donc être mené pour apprendre à les différencier de ses envies, que l'on essaiera de dominer (si nécessaire).

Manger correspond à un réveil du goût.
On est rassasié quand on n'a plus faim (ce qui ne veut pas dire qu'on n'a plus d'envies).



On cherchera à reconnaître la sensation de satiété qui correspond à une satisfaction de ses besoins, à un temps de non-faim, et que l'on pourra assimiler à une volonté de se faire plaisir en réponse à des besoins physiologiques.

Les émotions peuvent se caractériser par plusieurs états : joie – peur- surprise – tristesse – dégoût – mépris -colère.

Le siège des pensées est le néocortex. Nos pensées sont gouvernées par plusieurs facteurs, qui sont le produit d'acquis, comme l'éducation, la culture, la religion, une certaine philosophie de la vie. Elles influent sur nos émotions et nos sensations. Travailler sur l'éducation et la culture est de nature à faire évoluer notre système de pensée pour permettre d'y intégrer des éléments nouveaux susceptibles de provoquer des évolutions bénéfiques.

Eléments complémentaires

pouvant être mobilisés dans le cadre d'ateliers d'éducation au goût

• Dans une recherche de complexité du goût, on se limitera à 3 éléments. Au-delà de ces trois éléments, il devient difficile de reconnaître les différentes saveurs en jeu. Cuisiner nécessite donc des apprentissages spécifiques pour respecter certaines règles.
• Le temps passé à l'assaisonnement des plats est d'autant plus important, car il va jouer sur le facteur UMAMI, et contribuer au sentiment de satiété de l'individu. C'est en agissant ainsi qu'on peut lutter contre le rôle perturbateur des additifs dans l'alimentation industrielle, qui a tendance à « lisser » le goût et créer des dépendances du consommateur.
• On différenciera aussi la cuisine festive, exceptionnelle, pour divertir – la cuisine traditionnelle, celle de fin de semaine, avec les menus typiques à base de viandes, légumes, sauces – de la cuisine quotidienne dont l'objectif est de se nourrir. C'est ce que l'on vise dans la restauration collective : bien se mourir pour satisfaire des fonctions vitales de base, tout en se procurant du plaisir dans un acte éminemment social.
• Il est possible d'y arriver en assurant de plus une gestion qualitative de l'alimentation, qui garantit des effets bénéfiques sur la santé.
• Avec les jeunes enfants, on peut parler de néophobie : j'aime / je n'aime pas. Le travail sur le goût doit permettre de faire évoluer des a priori, dont plusieurs sont construits par les aliments industriels qui ont perdu leurs goûts et leurs saveurs.

PÂTISSERIE MAISON, BIO ET CRÉATIVE

Par Pascal VEAULIN et Hervé MOUCHARD, cuisiniers en restauration collective et Valérie JACQUIER, diététicienne-nutritionniste.

La fabrication de pâtisserie et desserts « maison » à base de produits biologiques permet de réaliser des desserts à la fois sains et gourmands tout en maitrisant le coût de revient des préparations. Ci-dessous quelques points clefs pour y arriver :

- **S'organiser et maitriser les techniques pour gagner du temps.**

- **Respecter la saisonnalité** : pour une qualité gustative et nutritionnelle optimales des aliments (richesse en vitamines, minéraux, anti-oxydants), mais aussi découverte des variétés, fruits et légumes, peu ou pas connues cultivées en AB, et sensibilisation des convives au goût et à la consommation responsable

- **Diversifier les céréales** : sarrasin, riz pour des pâtisseries sans blé (sans gluten) utilisables en farines complètes, riches en fibres et minéraux. Les flocons d'avoine donnent des textures croustillantes aux pâtes à tarte et crumbles. Une grande diversité de farines de blé est disponible en AB : de T65 (farine claire) à T150 (farine complète) à adapter selon les utilisations (de pâtes aérées à pâtes lourdes). La farine T80 (bise ou campagne) est à privilégier pour la majorité des pâtisseries classiques courantes pour sa teneur en fibres et en minéraux

- **Introduire des légumineuses dans les pâtisseries** : comme alternative aux amidons classiquement utilisés (farine de blé, fécules…), elles apportent une diversité de goûts et de textures et enrichissent les desserts en protéines végétales, fibres, vitamines et minéraux. Elles permettent de créer des recettes à index glycémique bas et sont par ailleurs adaptés aux intolérants au gluten

- **Maîtriser les quantités de sucre** : grâce au choix de sucres de meilleure qualité, non raffinés (sucre blond ou sucre complet) qui enrichissent les recettes de leurs saveurs naturellement typées de réglisse, de caramel. L'utilisation des fruits frais et fruits séchés (raisins, dattes, abricots…) est aussi privilégiée en tant que matière sucrante pour leur apport en sucre naturel (fructose) et en fibres.

- **Utiliser des matières grasses variées dans les justes proportions :** huiles de première pression à froid, oléagineux (amandes, noisettes, sésame…) entiers ou en purée, crèmes végétales (soja), beurre.

- **Créer du goût grâce aux épices et arômes naturels** : cannelle, cardamome, gingembre, vanille cacao, café, zestes d'agrumes…

RÉALISER UN DESSERT GOURMAND BIO ET SAIN C'EST :

Privilégier les fruits comme sucrants mais aussi les légumes, favoriser les farines semi complètes, les flocons d'avoine, les légumineuses, découvrir l'utilisation de corps gras moins couramment utilisés en pâtisserie comme les huiles de première pression à froid.

Découvrir les ingrédients végétaux : l'agar-agar (gélifiant à base d'algues), l'arrow root (fécule de marante) et quand nécessaire les alternatives végétales : boissons à base de soja ou d'avoine…crèmes de soja

Favoriser les cuissons douces (peu agressives) pour limiter la coloration mais aussi les préparations sans cuisson.

Au menu

- Palet au sarrasin de Mary
- Cake Lenôtre
- Chocolat crumble
- Nougat glacé
- Paris-Brest alternatif
- Financier aux Mogettes
- Crème chocolat sans lait et sans gluten
- Smoothie de printemps
- Pancakes blé-sarrasin
- Cheese cake aux fruits

Quelques recettes

CAKE LENÔTRE

pour 1 plaque GN 1/1 10cm avec couvercle pour 50 personnes (environ 80g avec les fruits).

Ingrédients	x50 pers. quantité	Prix € HT unitaire	x50 pers. €/MAT	Technique
• Beurre	0.8 kg	8.6 €	6.88 €	Blanchir le beurre avec le sucre à la feuille, ajouter les œufs puis la farine et la poudre à lever, terminer par les fruits émincés (raisins trempés au préalable ou non dans du kirch ou du rhum). Plaquer sur papier cuisson dans un GN 1/1 de 10 cm, décorer avec les amandes et les bigarreaux. Cuire à 200° 15 minutes puis à 170 ° pendant 45 minutes à 1h avec couvercle en contrôlant la cuisson. *Variante : Remplacer une partie de la garniture par des fruits frais contenant peu d'eau (abricots, ananas, pommes etc.)*
• Sucre canne blond	0.8 kg	2.87 €	6.58 €	
• Œufs kg (12 pièces)	0.666 kg	0.28 €	3.36 €	
• Farine de blé T80	1 kg	1.70 €	1.70 €	
• Poudre à lever	0.032 kg	20.02 €	0.64 €	
• Raisins secs	0.332 kg	4.20 €	1.39 €	
• Abricots secs	0.2 kg	14 €	2.80 €	
• Ecorce d'orange	0.266 kg	39.80 €	10.58 €	
• Décor (facultatif) : amandes effilées, bigarreaux	PM			
		Prix de revient	**33.93 €**	
		Prix de revient par personne	**0.67 €**	

CRÈME CHOCOLAT SANS ŒUFS ET SANS GLUTEN pour 100 pers.

Ingrédients	x100 p. quantité	Prix € HT unitaire	x100 p. €/MAT	Technique
• Lait bio	7 litres	1.05 €	7 €	Faire chauffer le lait et le sucre
• Cacao amer	0.150 kg	10.60 €	1.59 €	Diluer la maïzena avec un peu de lait froid, le cacao et l'agar agar.
• Chocolat pistoles	0.625 kg	7.20 €	4.50 €	Verser dans le lait chaud et porter à ébullition en remuant régulièrement.
• Maïzena	0.250 kg	3.20 €	0.80 €	Ajouter le chocolat en fin de cuisson.
• Agar Agar	0.014 kg	94 €	1.31 €	Répartir en ramequins et refroidir en cellule.
• Sucre canne blond	0.140 kg	2.39 €	0.33 €	
		Prix de revient	**16.40 €**	
		Prix de revient par personne	**0.16 €**	

NOUGAT GLACÉ

pour 20 personnes (1 portion = 50 g par personne)

Ingrédients	x20 p. quantité	Prix € HT unitaire	x20 p. €/MAT	Technique
• Sucre canne blond	0.05 kg	2.87 €	0.14 €	Mettre les raisins secs à tremper dans de l'eau ou une infusion parfumée tiède.
• Miel	0.1 kg	17.20 €	0.17 €	Couper les fruits en petits cubes ou en morceaux .
• Œufs entiers	2 u	0.28 €	0.56 €	Monter la crème en chantilly, réserver au froid.
• Crème fraîche liquide (ou crème de soja spécial chantilly)	0.375 l	8 €	3 €	Cuire le sucre et le miel (avec un peu d'eau) à 121°C.
• Raisins secs	0.075 kg	4.20 €	0.31 €	Monter les œufs au fouet, ajouter le sucre cuit au filet et faire refroidir sans arrêter de battre.
• Orange confite	0.1 kg	39.80 €	3.98 €	Incorporer les fruits secs et la crème en mélangeant en soulevant l'appareil.
• Amandes ou cerneaux de noix	0.1 kg	21.30 €	2.13 €	Transvaser en ramequin individuel ou en terrine puis faire refroidir en cellule de congélation à -25°C.
• Abricots secs	0.1 kg	14 €	1.4 €	Découper la terrine en tranche et servir sur assiette avec une sauce aux fruits (fruits rouges, agrumes, fruits frais, crème anglaise, etc.) .
		Prix de revient	**11.69 €**	
		Prix de revient par personne	**0.58 €**	

CHOCOLAT CRUMBLE

pour 20 personnes (1 portion = 2 morceaux de 10 g)

Ingrédients	x20 p. quantité	Prix € HT unitaire	x20 p. €/MAT	Technique
Crumble 0.1 kg				Réaliser le crumble, le cuire à 180° 15 à 20 minutes, le laisser refroidir.
• Farine de blé T80	0.094 kg	1.59 €	0.14 €	Faire fondre au bain marie le chocolat noir, le chocolat au lait coupés en morceaux et le beurre
• Beurre	0.046 kg	8.24 €	0.37 €	Ajouter le crumble émietté, mélanger
• Sucre canne blond	0.074 kg	2.87 €	0.21 €	Etaler sur une plaque GN recouverte de papier cuisson sur 1 cm d'épaisseur
• Chocolat noir	0.1 kg	9.04 €	0.90 €	Attendre le complet refroidissement et concasser grossièrement ou couper en morceaux réguliers pendant la prise (avant le refroidissement)
• Chocolat lait	0.1 kg	10.87 €	1.08 €	*Variantes : remplacer le crumble par des céréales non sucrées / remplacer une partie de la farine par des flocons d'avoine*
• Beurre	0.01 kg	8.24 €	0.08 €	
		Prix de revient	**2.78 €**	
		Prix de revient par personne	**0.13 €**	

Les tables rondes

LA FORMATION
OUTIL POUR UNE INTRODUCTION PÉRENNE DES PRODUITS BIO

Intervenants :
Pascal LACHAUD, coordinateur GAB65
S. GRIGNOU, CNFPT Ile-de-France

La méthode employée fait appel à une démarche de projet. Cette démarche vise, au-delà des objectifs spécifiques de formation, un objectif social par la reconstruction d'une équipe plurielle.

L'objectif est également de tisser un réseau relationnel entre les acteurs. Comme énoncé dans la 1ère conférence, il s'agit aussi de pouvoir répondre à une commande sociale forte de qualité, concomitante à un approvisionnement insuffisant. Le sujet abordé s'inscrit dans une logique d'environnement durable conceptuelle : *« agir local, penser global ».*

Le constat de départ est qu'il n'y a, pour le moment, aucune loi, aucun cadrage réglementaire qui concerne la restauration collective. Les certifications des cuisiniers ne tiennent pas compte de la problématique bio, et sont construites sur des schémas de restauration professionnelle traditionnelle (du type hôtellerie) organisés par les CFA ou les formations hôtelières (lycées professionnels, écoles spécialisées). Le principe à garder est celui d'une formation en alternance (théorie/pratique). Des référentiels techniques ont été constitués avec un panel de 65 fiches, qui permet d'accompagner cette nécessité de formation des cuisiniers.

Un autre objectif est de changer les habitudes alimentaires, et notamment la question de l'addiction à la viande. Cela passe par des savoir-faire professionnels qui sont à développer : cuisson à basse température ; utilisation des oléagineux ; travail sur les assaisonnements et l'utilisation des herbes aromatiques. Tout en gardant un objectif pour le consommateur : être heureux dans son milieu de vie collectif et satisfaire ses besoins.

Pour atteindre tous ces objectifs, il convient de bien garder à l'esprit que nous sommes dans un processus de formation continue, et qui demande du temps. Il faut « dé-former » les acteurs pour les « re-former » ; il faut commencer par « dé-construire » pour « re-construire ». Il s'agit d'un processus spiralaire qui fonctionne par projets successifs et emboîtés, comme tout processus d'apprentissage.

DÉROULEMENT DE LA DÉMARCHE

1ÈRE ÉTAPE : DIAGNOSTIC

Il est indispensable de savoir d'où l'on part, de façon à définir des objectifs raisonnables et réalisables. Pour ne pas effrayer, on évitera une méthode du type audit qui peut « braquer » certains acteurs. Il convient de travailler pour obtenir de l'adhésion. On peut passer par un entretien avec l'ensemble des acteurs concernés.

Dans ce diagnostic, il convient de cerner les préoccupations des acteurs. Plusieurs questions sont présentes dans la question des métiers.

L'important est d'aboutir à un diagnostic partagé.

2ÈME ÉTAPE : IDENTIFIER LES BESOINS ET DÉFINIR DES OBJECTIFS

Ces objectifs doivent être réalisables, atteignables, et répondre aux attentes des acteurs, mais aussi à leurs besoins qu'il conviendra de révéler. Il est indispensable d'envisager une stratégie progressive, qui fixe des délais temporels raisonnables.

Il convient de travailler sur le couple besoins (observés et/ou énoncés, mais nécessairement partagés) et les attentes (exprimées ou pas).

3ÈME ÉTAPE : SE DOTER D'OUTILS POUR L'ÉVALUATION

Ces critères d'évaluation doivent être simples, limités, et doivent permettre de mesurer la tension vers les objectifs fixés. Par exemple, la part de bio dans les aliments utilisés – l'évolution du nombre de consommateurs. D'autres critères sont plus compliqués à mesurer comme la satisfaction des consommateurs ; cela peut passer par la mesure de la diminution du gaspillage et des non-consommés.

4ÈME ÉTAPE : CONSTRUIRE UN RÉPERTOIRE D'ACTIONS SUSCEPTIBLES D'ATTEINDRE LES OBJECTIFS RETENUS

Ces actions doivent intégrer une dimension expérimentale, et ne pas se limiter à un usage discursif, qui ne favorise pas l'implication des acteurs.

Ces actions feront l'objet d'un plan d'actions, qui doit définir une progressivité en fonction du diagnostic de départ, et donner des temps limités et suffisants pour permettre l'atteinte des objectifs visés.

Elles concernent des domaines aussi variés que la formation initiale et continue, le développement des outils nécessaires à cette formation, le recours à l'expérimentation, les réflexions sur l'évolution et les changements des circuits d'approvisionnement.

5ÈME ÉTAPE : L'ÉVALUATION DE LA TENSION VERS LES OBJECTIFS ET LA RÉGULATION DU PROJET POUR EN GARDER TOUJOURS LA FAISABILITÉ

GASPILLAGE ALIMENTAIRE

COMMENT INTERVENIR AUPRÈS DES CONVIVES ?

Gaspillage alimentaire en France, quelques chiffres :

Les déchets alimentaires représentent :
- un coût de 16 milliard d'euros par an
- 500€ / an par foyer soit 30 kg/personne/an
- 1/3 de la nourriture produite va à la poubelle
- 28 % des terres sont cultivées pour rien
- 10 millions de tonnes jetées

Gaspillage / assiette/ jour :

- 70 g / élèves dans les écoles primaires
- 135g collège
- 160g lycée
- 166g maison de retraite
- 228g établissements de santé
- Coût global 0,68 €
- Coût indirect (main d'œuvre, autres…) 0,58 € par repas et par convive jetés en moyenne.

Etaient présents pendant ces 2 jours :
- Serge Brunet et Laurent Limousy : Cuisiniers de la cantine Mussidan, 80% bio, 220 repas (maternelle et primaire)
- Une représentante Association antigaspi
- Conseiller technique fondation Chirac Haute Corrèze
- Julien Labriet, Directeur de Restauration d'une cuisine centrale qui sert 3800 repas / jour du Pays de l'Or regroupant 8 communes (maternelle, un Epad, primaire, 2 collèges)
- Stéphanie Dhont animatrice
- Chef de projet de l'Association CREPAC (Centre Ressource d'Ecologie Pédagogique d'Aquitaine)
- Dominique Bizat (membre FCPE)
- Un gestionnaire d'un lycée
- Un animateur du RÉGAL (existe depuis 2013 : Œuvre sur la transition écologique).

Cette table ronde permet de favoriser les synergies d'acteurs.

PLAN D'ACTION ANTIGASPILLAGE

1/ Établir un diagnostic

L'enquête (le manque de temps, le goût, pourquoi n'ont-ils pas aimé…).
Questionner le convive sur son appétit du moment (une faim de loup, un appétit d'oiseau ?)
Réaliser des campagnes de pesées avec les convives.
Créer une base de données des pesées et les différencier par rapport à l'entrée, plat de résistance, dessert, l'accompagnement, et le non distribué. Ceci permet de voir quelle recette ne fonctionne pas et de la transformer ou bien de mieux gérer ses commandes.

2/ Communiquer

Possibilité de faire des campagnes d'affichage de communication et de sensibilisation (voir sur les sites de l'Adem, la Dreal Nouvelle Aquitaine…) . Voir le site regal-nouvelleaquitaine.org : un kit va être mis en place.
Communiquer avec les cuisines. L'échange avec le cuisinier est essentiel.
Les enfants doivent se rendre compte du travail derrière les fourneaux. Proposer des équipes visiteurs dans les cuisines auprès des enfants et parents.
Etablir ou renforcer les relations entre la cuisine centrale et le site de restauration. (Ex: 2h de réunion par semaine).

3/ Réaliser des animations

4/ Pérenniser l'action dans le temps

Faire attention à la saisonnalité des produits, pour le goût. Créer du lien.
Le lycée la Venise Verte (Poitiers) fait des vidéos sur Facebook de leur travail de cuisinier

L'importance de faire des pesées régulières en prenant en compte les menus proposés pour les comparer.

Exemple d'une cuisine centrale qui a mis en pratique ce plan d'action ANTI-GASPILLAGE

Cuisine centrale de la Communauté d'Agglomération des Pays de l'Or

Témoignage de Julien Labriet, Directeur de Restauration d'une cuisine centrale qui sert 3800 repas/ jour pour 8 communes (maternelle, primaire, 2 collèges, EHPAD, crèche).

Coût de denrées alimentaire : 1,45€

Mise en place d'un groupe de travail afin de formaliser un projet en collaboration avec un comité de pilotage (parents d'élèves, élus, équipe de restauration, enseignants…).
Pendant 6 mois n'ont été réalisées que des pesées différenciées sur chaque site. Réalisation d'une base de données. Puis 6 mois d'actions correctives.
Pour leur communication, ils ont bénéficié d'un Cofinancement de Rafadem.

Face aux bons résultats de cette action, à la demande des parents d'élèves le projet s'est dirigé vers du qualitatif. Un projet éducatif de Territoire a été mis en place
Un temps plein a été mis à disposition (service civique) qui élabore des alertes pédagogiques.

- Agriculture et alimentation.
- 5 mallettes pédagogiques sur l'agriculture, l'alimentation, le sens, jeux, le gaspillage (70 €)
- Approche pédagogique plutôt vers l'alimentation

Résultat sur un an : baisse de 25% du reste à l'assiette. 50000€ d'économie pour 640000 repas /an.

Une diminution du gaspillage 30% et passage en bio de 7 à 12%.

Cette marge budgétaire a été réinvestie dans la qualité de l'alimentation. Toutes les cantines ont été équipées de composteur.
Cette action a permis de décloisonner les relations avec l'éducation nationale, de renforcer la communication avec les parents d'élèves et les liens avec les équipes.
Coordonnées de Julien : julien.labriet@paysdelor.fr

Exemple d'un Plan d'Actions anti-gaspillage dans la cantine scolaire (maternelle et primaire) de Marsaneix (24) Stéphanie Dhont, animatrice et directrice adjointe du Centre ALSH de Marsaneix.
Pour la réussite de son projet, il fallait que toute l'équipe soit impliquée (animateurs, serveurs, ADSEM, équipe de cuisine...). Elle a responsabilisé les enfants sur le gaspillage sans les culpabiliser :

- Valoriser le Menu : les enfants prennent conscience du plat qu'il leur est servi, en le goûtant, en lisant le menu au micro, en précisant les aliments qui le composent et enfin en privilégiant la présentation du plat.
- Faire que le repas soit un temps de plaisir et temps éducatif
- La pesée permet de prendre conscience de ce que l'on gaspille

Pourquoi gaspille-t-on et qu'est-ce qu'on peut faire pour diminuer les déchets ?

- Les impliquer dans leur façon de manger.
- Triage des déchets (compost, déchets pour les poules du centre de loisirs).
- Les enfants sont servis à l'assiette en petite quantité ou selon le besoin de l'enfant.
- S'ils ont encore faim, ils se resservent auprès du cuisinier en précisant la quantité.
- Les jeux : la marchande pour les petits, jeux sur l'impact sur l'environnement.
- Respecter le temps de satiété
- Assiette solidaire partagée

Sur 7 semaines : seulement 3 kg de déchet

Charte citoyenne écrite et signée par les enfants sur le tri, l'eau, les engagements.
Gestion de la surveillance : une animatrice pour la logistique et une autre pour l'animation pour les primaires. 4 agents pour le service en maternelle (2animateurs + ADSEM)

- Favoriser l'autonomie de l'enfant.
- Récupération de l'eau.
- Mangent moins quand il fait très chaud.
- Faire participer les parents à des animations.

Exemples de gaspillage et solutions

- Betteraves cuites : 76% à la poubelle
- Beaucoup de pain jeté (10% de perte en moyenne) – **Solution** : réduction d'achat de 20%, ne pas servir deux tranches dans les lycées et collèges, mais proposer de se servir avec une pincette (en général, l'étudiant ne prend qu'une tranche).
- Problème des inscriptions de dernière minute. Commande de 5% de plus pour pallier cette incertitude du nombre de repas nécessaires le jour J.
- Gaspillage si goûter pendant la récréation.
- Pour les collèges : faire des EPI avec des professeurs (tableaux excel avec le professeur de maths, avec les professeurs d'EPS, parler de la santé…)
- Possibilité de faire des dons alimentaires en liaison froide avec la DRAF. En portion individuelle pas de problème avec la réglementation pour donner.
- Les fruits entiers ne sont jamais finis. Proposer aux petits des coupes fruits pour leur faciliter la découpe. Ou bien proposer des quartiers de pommes par exemple. Sur le self, des fruits entiers ou des moitiés sont proposés.
- Les poêlées de légumes sont jetées en quantité importante. Donc, proposition de plat en « mono-légume ».
- Donner de l'autonomie aux enfants en leur apprenant à couper. Une cuisinière a constaté que des enfants de CM1-CM2 ne savaient pas couper leur viande.
- A la cantine de Mussidan, ils ont mis un an pour faire manger le poulet bio car les enfants n'ont plus l'habitude de mastiquer.
- Faire prendre conscience aux convives de ce qui est jeté.
- L'ambiance pendant la prise du repas est importante. On mange moins bien dans des lieux où on se sent mal. Le lieu de restauration doit être un lieu de plaisir.
- Prendre le temps de manger afin de faciliter la digestion et la satiété :
  Un temps de repas obligatoire d'au moins 20 min permet une diminution de 30% du gaspillage.
  Exemple : Les enfants ont une pastille couleur pour se repérer sur l'horloge et tant que l'aiguille n'est pas sur sa couleur il ne peut pas sortir de table (temps mini 20min pour les scolaires).
- Approche éducative pédagogique et non culpabilisante
- Projet de permaculture.
- Les études Adem montrent que, lorsque le site de production est sur le même lieu que celui de la distribution, on enregistre le moins de gaspillage alimentaire.
- Trop de choix amène au gaspillage
- Connaître la culture des convives. Exemple de Capbreton : ils ne mangent pas de poisson frais mais du surgelé.
- Répondre aux a priori des parents d'élèves pensant qu'une politique anti-gaspillage dans leur cantine va de pair avec une diminution des aliments dans les assiettes. Proposer un comité de pilotage avec les parents et les professeurs des écoles, et expliquer la diététique d'une assiette.
- Les enfants deviennent les ambassadeurs dans leur famille et communiquent sur l'anti-gaspillage ; cela devient naturel pour eux.

En luttant contre le gaspillage alimentaire, on dégage des marges avec lesquelles il est possible d'investir sur des menus qualitatifs, bio et locaux.

Témoignages :
Sondage réalisé par une cuisinière d'une restauration collective d'école primaire : auprès de 18 enfants, seulement 4 mangent le soir à table avec leurs parents, d'autres mangent devant la télé et un seul prend son repas dans son lit. Conclusion : le temps de repas n'est pas partagé avec les parents le soir.
Constat du cuisinier de la cantine de Mussidan : il a mis un an à faire aimer le poulet bio car celui-ci est présenté avec les os et plus difficile à mastiquer.

RENCONTRES
NATIONALES
DE LA
RESTAURATION
COLLECTIVE
ENGAGÉES EN BIO

Collectif Les Pieds dan
Pour une restaur
collective bio lo
www.collectiflespiedsdansl

Apprendre à cuisiner
les produits bio