

## Échanges d'expériences en mode végétal Consommer végétal, ça peut être simplissime

**Savoir s'approvisionner, choisir, mettre en œuvre et donner le goût du végétal relèvent parfois d'une volonté militante.** Des professionnels de la restauration collective et de l'aide aux personnes en situation de précarité partagent leur expérience sur les méthodes, les contraintes, les limites mais surtout les solutions pour replacer le végétal au cœur de la cuisine du quotidien.



**Didier Thévenet, Directeur de la restauration municipale de Lons-le-Saunier**, nous parle de la pratique de la cuisine collective : quelles peuvent être les sources d'approvisionnement pour fournir une cuisine centrale qui réalise plus de 7000 repas par jour et quelle place occupe les produits végétaux dans l'offre alimentaire quotidienne ?



**Anne Giraud, Responsable du pôle d'insertion par et pour l'alimentation à ANDES**, nous explique comment s'organise la gestion des fruits et légumes de retrait pour fournir les épiceries solidaires du réseau et comment accompagner parents et enfants dans l'utilisation et la préparation de produits végétaux bruts.

### *La place du végétal dans l'aide alimentaire*

**Faire une place au végétal dans l'aide alimentaire est un réel combat.** Traditionnellement, l'aide alimentaire était portée sur les produits faciles à consommer et à conserver et ne fonctionnait que grâce aux dons caritatifs. **En 2000, Guillaume Bapst, fondateur d'ANDES, crée le premier réseau d'épiceries alimentaires.** Il bouscule le secteur de l'aide alimentaire en ouvrant des magasins banalisés, **où l'on propose aux bénéficiaires un choix de produits comme dans une épicerie ou une supérette classique.** C'est le combat propre à ANDES : ce qui est bon pour l'ensemble de la société doit aussi être bon pour ceux qui n'ont pas les moyens. Le but est de réintégrer socialement et culturellement les personnes en situation de précarité. À travers les 330 épiceries adhérentes, ANDES travaille sur le don alimentaire mais également sur l'insertion des personnes et leur retour vers une intégration sociale.

Le projet « La Compagnie Des Gourmands », porté par ANDES, soutient ce but, en équipant les cuisines des épiceries et en animant des ateliers parents/enfants afin de valoriser le savoir en cuisine des parents vis-à-vis des enfants.

**Les bénéficiaires des épiceries solidaires ont certaines difficultés à se tourner vers les produits bruts.** En réponse à cette difficulté, ANDES a lancé un chantier d'insertion à Rungis pour récupérer et trier les fruits et légumes de retrait à l'aide alimentaire. Cette initiative a été lancée suite à l'étude ABENA, réalisée sur le marché de Rungis, et mandatée par l'État, qui montrait que les bénéficiaires de l'aide alimentaire n'avaient pas accès à l'ensemble de l'offre alimentaire et en particulier aux produits frais.

Véritable succès grâce aux dons des grossistes, on voit tout de même apparaître certaines

limites au système de don : **il est difficile d'inciter les bénéficiaires du don alimentaire à consommer végétal si l'offre est limitée à seulement quelques produits.** Il est donc indispensable de compenser les dons par des achats de produits généralement peu présents dans les dons.

### ***Éduquer à la consommation***

Didier Thévenet prend l'exemple des fameux épinards qu'aucun enfant n'aime manger et qui est un des souvenirs les moins appétissants des repas de la cantine. Il y parvient, grâce à un principe simple : **plus un aliment est difficile à manger, plus il faut le cuisiner** (ici avec une béchamel, des œufs et du comté râpé). En restauration collective, bien souvent c'est le manque d'habitude et d'éducation à la consommation des légumes **des enfants qui représente un réel frein à leur consommation** à chaque rentrée scolaire. En organisant la lecture collective du menu (un enfant est désigné chaque jour pour lire le menu à ses camarades), des enquêtes de satisfaction, à une attention particulière à la manière de servir, l'éducation alimentaire de l'enfant est développée et permet de repousser les freins à la consommation d'éléments végétaux. **Pour réussir l'éducation de la consommation de végétal, 3 facteurs sont essentiels selon lui :**

- le politique, qui a le pouvoir décisionnel de l'argent engagé pour cette restauration collective ;
- les professionnels, qui ont envie de bien faire leur métier, la cuisine ;
- les maraîchers, les producteurs et les distributeurs, qui souhaitent s'investir dans ce type de projets.

Didier Thévenet met lui-même en place, en tant que directeur de la restauration de la ville de Lons-le-Saunier, cette relation particulière avec ses producteurs pour l'usage de sa restauration collective. Il prévoit un an à l'avance ses besoins en végétaux afin que son réseau de producteurs avec lequel il travaille ait le temps d'anticiper ses demandes.