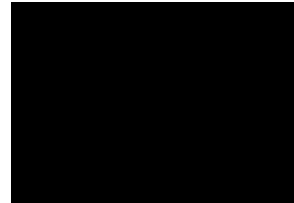


« La cuisine bio et végétarienne, c'est nettement plus sain, plus savoureux, meilleur pour l'environnement et pas nécessairement plus cher »

Une alimentation durable au Gîte-Auberge de jeunesse « Jacques Brel »



Portrait : Ginevra Vittori. Après avoir étudié les sciences de l'environnement dans le cadre d'un master à l'Université de Bologne en Italie, Ginevra est venue s'installer à Bruxelles où elle vit depuis 2 ans. Passionnée des questions relatives à l'environnement et l'alimentation durable, elle est elle-même végétarienne depuis 14 ans.

Le Gîte d'Etape -Auberge de jeunesse « Jacques Brel » ambitionne d'être reconnue en tant que *cantine durable* par Bruxelles Environnement. Dans ce cadre, explique Ginevra, « un calculateur fourni par Bruxelles Environnement nous permet d'identifier les quantités d'aliments biologiques qui constituent les menus ». Des produits bio sont servis au petit déjeuner toute l'année (à l'exclusion du pain et du beurre) et constituent l'essentiel des aliments utilisés pour la préparation des repas : fruits, produits laitiers et yogourts, jus de fruits, féculents, produits en conserve, huile d'olive, etc. La charcuterie qui était servie dans le cadre du petit déjeuner a été remplacée par des œufs biologiques. Les seules denrées non bio restant dans l'assiette sont le pain et le beurre (l'auberge n'ayant pas trouvé de fournisseurs pouvant livrer ces produits au quotidien) et les légumes, pour certains d'entre-eux (du fait que les quantités utilisées dans le cadre des repas sont irrégulières et que cela pose des difficultés en terme d'approvisionnement).

En outre, l'auberge tente de limiter les quantités de viande servies aux clients. Ginevra cite les recommandations du Plan national de nutrition pour la santé qui préconise de limiter à 120 gr. le poids de viande consommé au quotidien et de remplacer régulièrement la viande par des légumineuses. Pour limiter la consommation de viande, Ginevra utilise du soja déstructuré labellisé « bio » (ayant l'aspect de petites granules qui ressemblent à de la viande). Et cela fonctionne : la preuve, l'aliment a déjà été introduit avec succès dans le cadre d'un repas de 100 personnes. De plus, l'auberge propose systématiquement des menus végétariens. Eviter la viande et diversifier les menus en conséquence sont, pour Ginevra, l'occasion de sensibiliser le public à des légumes locaux oubliés, tels que les carottes mauves, par exemple. On fait de cette façon d'une pierre deux coups.

Coté recettes, Ginevra et son équipe se sont inspirées des démarches de Jamie Oliver, célèbre cuisinier anglais qui s'est fait connaître pour sa croisade contre l'obésité aux Etats-Unis, et pour ses succès en ce qui concerne le changement des habitudes alimentaires des enfants. A l'auberge Jacques Brel, on arrive à faire manger beaucoup de légumes aux enfants ! Damien Poncet

(Végétale) est également venu deux ou trois fois pour former le personnel de cuisine dans le cadre du projet « cantines durables ».

Coté financier : selon Ginevra en ce qui concerne les produits bio, seuls les produits frais (beurre et œufs, par exemple) coûtent un peu plus cher lorsqu'ils sont bio. Dans l'ensemble, le passage au bio n'a pas généré de surcoût, probablement du fait que la consommation de charcuterie (remplacée par des œufs) a diminué, d'autant plus que les clients en emportaient pour leur pique-nique.

Coté pratique : pour ses produits biologiques, l'auberge passe par deux fournisseurs :

- Biofresh www.biofresh.be spécialisé dans ce type de produits
- Delixl www.delixl.be fournisseur conventionnel qui élargit progressivement sa gamme de produits bio

Pour en savoir plus :

Fabienne Matton, directrice 02/223.36.93 fmatt@laj.be

Nadia Oemmart , responsable nourriture et boissons 02/218.01.87