

Zoom sur un acteur du territoire : L'alliance des cuisiniers Cornouaille

L'article de la feuille de chou n°229, consacré à Slow Food et à une de ces antennes régionales, l'association des Palais de Cornouaille, rappelait l'objectif du mouvement qui s'attache à défendre et à promouvoir les particularités gastronomiques locales de la région Quimper – Cornouaille.

Pour aller encore plus loin dans cette démarche du bon, du propre et du juste, Slow Food a lancé le projet de l'Alliance des Cuisiniers. Le but est d'impliquer le monde de la restauration dans la bataille pour la sauvegarde de la biodiversité. Coordonné au niveau national par Xavier Hamon¹, l'alliance des cuisiniers est avant tout un engagement local entre des cuisiniers, des paysans et des petits producteurs.

Tout au long de l'année 2017, une poignée de cuisiniers de la région Quimper-Cornouaille, déjà à l'origine des Palais de Cornouaille, s'est lancée dans le projet de mise en œuvre d'un regroupement de cuisinières et cuisiniers engagés, et dont le désir est de valoriser une alimentation bonne, propre, juste et accessible à tous. Depuis novembre, date de sa création, l'Alliance se compose de sept restaurateurs : Colette Moreau, du Bara Soup de Quimper, Philippe Marc, cuisinier au Likès, Jean-Christophe Despinasse, au restaurant Ty Coz de Quimper, Samuel Ramos Giquel, de l'auberge Ty an heol à Nizon (Pont-Aven), Kevin Belloir, du restaurant Le Rabelais au Guilvinec et Florence Prima, de Ty Flo à Rosporden.

L'enjeu est essentiel. Par cette action, ces femmes et ces hommes ont la volonté de réduire l'impact de la production et de la consommation alimentaire sur le réchauffement de la planète.

Comment : Tout simplement en valorisant les acteurs locaux qui travaillent dans un souci de respect de l'environnement. Se nourrir c'est aussi appréhender son territoire, fonctionner en réseau, travailler ensemble pour contribuer à maintenir une économie de marché locale, une diversité et une richesse écologique. Par ces actions, l'Alliance des cuisiniers se définit comme un groupe de restaurateurs hommes et femmes qui donnent une importance primordiale à ce qui provient de la terre, qui souhaitent dialoguer avec le consommateur, éduquer le palais de nos enfants et préserver les richesses comme la diversité des goûts.

« Toutes les cuisines du monde doivent jouir d'une même dignité. Il est nécessaire de réhabiliter et de faire connaître les produits d'un territoire ainsi que les manières de les cuisiner : ces savoirs courent le risque de disparaître avec la biodiversité alimentaire qui les a inspirés ; ces produits supplantés par l'industrie agro-alimentaire et par une agriculture intensive, esclave de la chimie et conditionnée par le marché mondial. Je parle d'une gastronomie libérée. »

Carlo Petrini.

¹ Xavier Hamon est également référent en Bretagne et en Cornouaille

Ketty



Feuille de Chou n°232

-La petite gazette réalisée par les Jardinières et Jardiniers en parcours insertion-



Les Maraîchers
de la Coudraie
CHANTIER D'INSERTION

Semaine n°04
Du 22/01 au
28/01/2018

221 route de Guengat - 29000 QUIMPER - Tel : 02 98 95 09 67 marachersdelacoudraie-quimper@orange.fr

www.panierbiolacoudraie.org

La mizuna Verte



D'origine Japonaise, la mizuna verte est une plante très ancienne datant du 17^{ème} siècle que l'on retrouve aussi en Corée et en Chine. Très résistante au froid, Elle est cultivée en hiver. Cette plante de la famille du chou fait partie, avec la moutarde, du grand choix de légume que l'on trouve sur les étals des marchés en Asie.

Ce légume très ancien en Asie peut atteindre la taille de 40 cm.

Le Chou Mizuna produit de nombreuses feuilles vertes foncées, laciniées, à consommer en salade, à la manière d'une chicorée.

En Europe, nous l'utilisons surtout en salade, mélangée avec d'autres feuilles comme la laitue, la roquette, l'oseille ou d'autres plantes de cette grande famille.... Son goût est entre l'oseille et les épinards, ce qui permet de l'utiliser un peu partout comme légume.

Si à la Coudraie nous vous le proposons souvent dans le mesclun d'hiver, au Japon on l'utilise aussi dans les potages.

Léna et Klervy

Le panier de la semaine

Légumes	Variété	Unité	Prix	PETIT PANIER		GRAND PANIER	
				Quantité	Prix	Quantité	Prix
Bette		Botte	1.90 €	1b	1.90 €	1b	1.90 €
Salade		Pièce	1.20 €	1p	1.20 €	1p	1.20 €
Mizuna		Kg	10.00 €	0.100 kg	1.00 €	0.100 kg	1.00€
Poireau		Kg	2.80 €	0.500 kg	1.40 €	0.500 kg	1.40 €
Betterave cuite		Kg	6.00 €	0.500 kg	3.00 €	0.500 kg	3.00 €
Daïkon		Pièce	1.00 €	1p	1.00 €	1p	1.00 €
Chou	vert	Pièce	1.60€			1p	1.60
Coriandre		Botte	1.00€			1b	1.00€
Coulis de tomate		Pot	2.00 €			1 pot	2.00 €
Oignon rosé		Kg	2.80€			0.320 kg	0.90€
Total					9.50 €		15.00€

Echos des jardiniers

De nouveaux entretiens de recrutements ont eu lieu jeudi derniers. La commission de commercialisation de mardi dernier, a réuni 6 personnes (3 salariés et 3 personnes du CA). Le compte rendu d'enquête de satisfaction a été présenté. Un point a été également fait sur le calendrier des cultures 2018.

Zoom sur le jardin

Semis : Radis, navets, oignons, salade

Plantation : Pommes de terre nouvelles

Divers : Travaux sur les nouvelles serres : mise en place des pignons et de la bâche

Le légume de la semaine et sa recette



Crostini de chèvre et mizuna

Personnes : 6 Préparation 10min: Cuisson : 1min

- 1 bouquet de mizuna
- 70g de chèvre frais
- 1 pincée de fleur de sel
- 6 tranches de pain de campagne
- 2 c à soupe d'huile d'olive
- 1 petite pincée de piment (facultatif)

- Laver le mizuna et bien l'égoutter.
- Faire griller les tranches de pain de campagne
- Mettre à chauffer un peu d'huile d'olive dans une poêle puis le mizuna coupé grossièrement en morceaux.
- Faire revenir une petite minute, pas plus.
- Tartiner le chèvre sur les tranches de pain grillé, répartir le mizuna puis saupoudrer d'un peu de piment et de fleur de sel.

Soupe aux poireaux et lentilles corail

Personnes : 6 Préparation 10min: Cuisson : 30min

- 2 poireaux lavés et émincés
- 2 gousses ail pelées et hachées finement
- 1 morceau de gingembre pelé et râpé
- 1 petite pincée de gros sel, sel, poivre
- 300 g de lentilles rincées
- 2 c à soupe d'huile d'olive
- coriandre ciselée
- 1 cube bouillon de poule

- Mettez de l'huile d'olive dans une casserole et ajoutez les poireaux, salez, poivrez et laissez fondre à feu doux 10 minutes
- Couvrez les poireaux d'eau et ajoutez le gingembre, l'ail et une pincée de gros sel. Portez à ébullition. Ajoutez les lentilles corail et le cube. Laissez cuire 15 minutes
- Mixez et servez chaud, garni de coriandre