



Communauté de Communes
de la Région de

Château-Thierry

Environnement

Contrat global pour l'eau
de la région de Château-Thierry

Qu'est-ce qu'on mange ?



met les pieds dans le plat !

Combien
ça me coûte ?

Est-ce que
c'est bon ?

Et pour ma santé,
c'est bon ?

Et le producteur,
il y trouve
son compte ?

DD

Développement
Durable

D'où elle vient
cette pomme ?

Est-ce que
c'est bon pour
l'environnement ?

C'est quand
la saison
des tomates ?

Combien
de temps pour
cuisiner tout ça ?

Galette aux lentillons rosés de champagne

Pour 1 personne :
50g de lentillons cuits
2 œufs
1 cuillère à soupe de farine
1 petit oignon
½ carotte
Coriandre, ciboulette
Sel poivre
Huile de tournesol

Faire cuire les lentillons pendant 30 minutes

Pendant ce temps, préparer votre mélange : œufs, farine, oignons coupés en petits morceaux, carotte râpée, sel et poivre.

Ajouter les herbes (selon votre goût)
coupées finement.

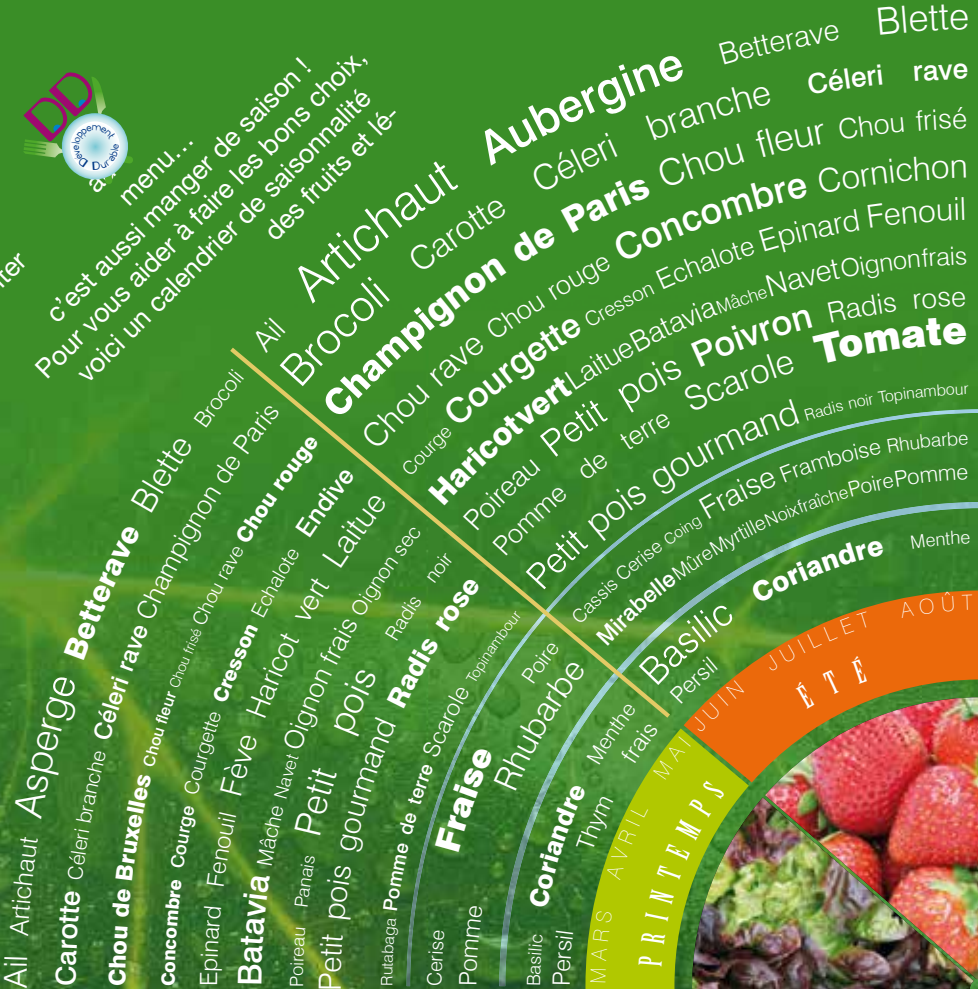
Ajouter les lentillons cuits.

Mélanger et faire cuire comme une omelette 5 minutes de chaque côté.



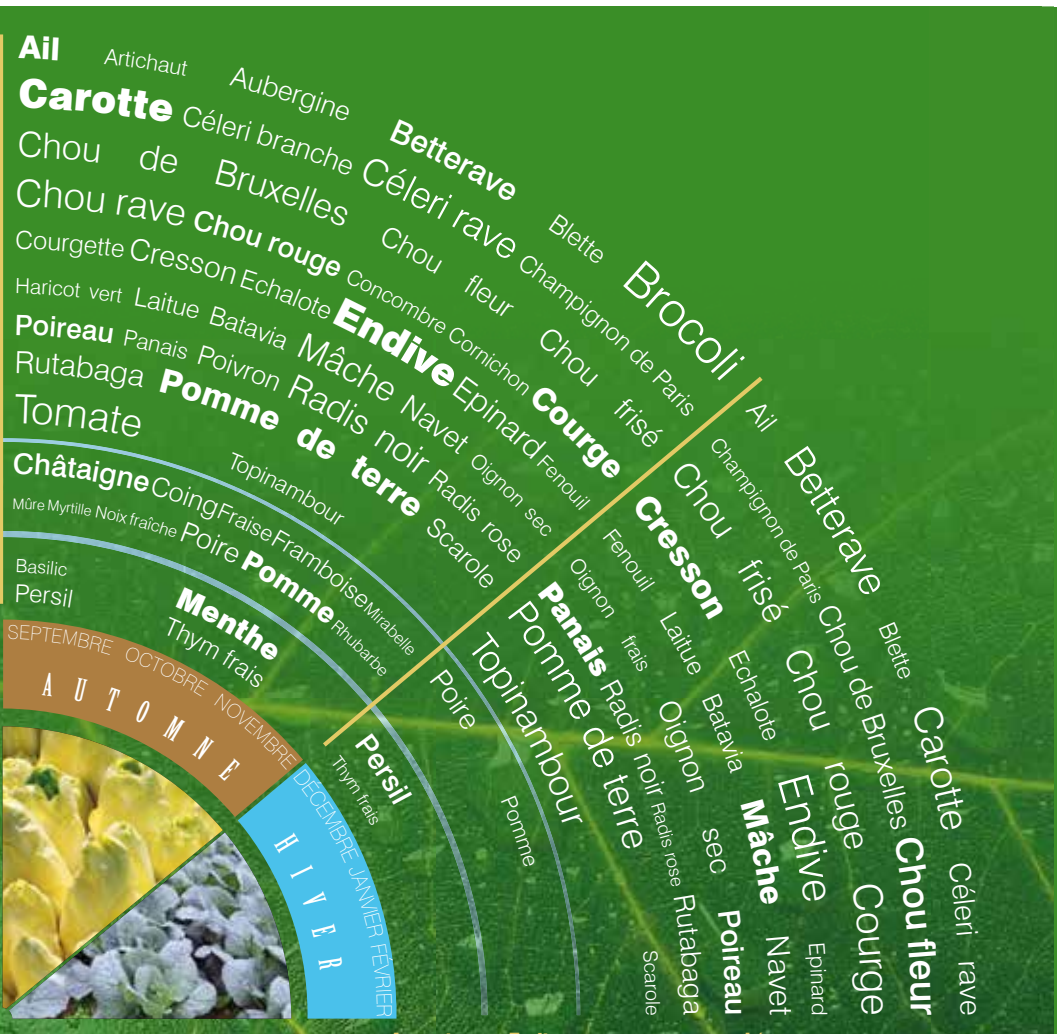


Inviter
c'est aussi manger de saison !
Pour vous aider à faire les bons choix,
voici un calendrier de saisonnalité
des fruits et légumes.



PICA
MAR
www.pica.be

Les fruits et légumes



Aromates

Fruits

Légumes

P
ARDIE
RÉGION
 icardie.fr



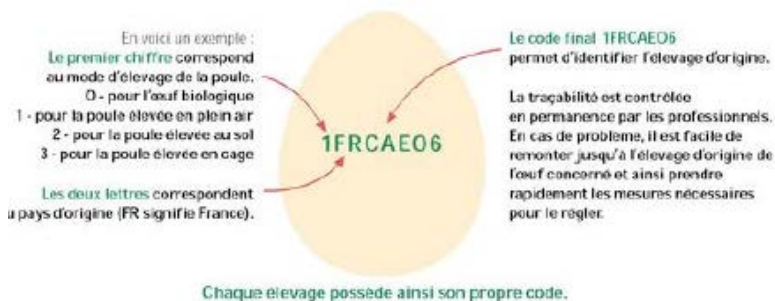
de saison en Picardie

Conception DiCom Région Picardie
 Photos : com des images, Thierry Rembaud, Fotolia / Région Picardie

Trucs et astuces pour mettre **DD** au menu !



Choix des œufs : Un code se trouve sur les œufs achetés dans les grandes ou moyennes surfaces et les supérettes. Le premier chiffre indiqué vous donne de précieuses indications concernant le mode d'élevage de la poule.



<http://www.oeufs-asso.com/index.php>

Où trouver des produits locaux ?

Plusieurs réseaux sont à votre disposition pour trouver des produits locaux :

Bienvenue à la ferme : <http://www.bienvenue-a-la-ferme.com/>

Accueil Paysan : <http://www.accueil-paysan.com/fr/>

ABP (Agriculture Biologique en Picardie) : <http://www.bio-picardie.com/>

Terroirs de Picardie : <http://www.terroirsdepicardie.com/>

FAMAPP (Fédération des Associations pour le Maintien de l'Agriculture Paysanne) : <http://www.amap-picardie.org/>

Agence Bio : <http://www.agencebio.org/>

Nutrition : <http://www.mangerbouger.fr/>

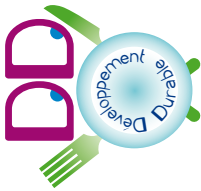
Modes de production et labels :

INAO (Institut National de l'Origine et de la Qualité) : <http://www.inao.gouv.fr/>

Ministère de l'agriculture, de l'alimentation et de l'agroalimentaire : <http://alimentation.gouv.fr/>

Le projet de développement d'une alimentation durable vise à mettre en relation des agriculteurs et des structures de restauration collective qui se seront engagées dans une démarche qualité ayant pour objectif la durabilité des activités (production agricole : agriculture biologique, certification environnementale, restauration collective : label « en cuisine », restauration durable)

DD met les pieds dans le plat !



Le DEVELOPPEMENT DURABLE...

... ça veut dire quoi ?

un développement qui répond aux besoins du présent sans compromettre la capacité des générations futures à répondre aux leurs

... ça vient d'où ?

cette notion a été énoncée pour la première fois en 1992 au sommet de la terre à Rio par le premier ministre norvégien

et concrètement, c'est :

un développement économiquement efficace, socialement équitable et écologiquement soutenable

Et pour l'alimentation, ça se traduit comment ?

économie :

maintien, création ou extension d'activité agricole, relocalisation des achats de denrées alimentaires, prix plus équitables entre producteurs et consommateurs



social :

accès à une alimentation saine, valorisation du territoire, meilleure connaissance du monde agricole

environnement :

protection de la ressource en eau, maintien de la biodiversité, réduction des déchets et des transports





Le projet de développement d'une alimentation durable est porté par la Communauté de Communes de la Région de Château-Thierry en partenariat avec l'Union des Communautés de Communes du Sud de l'Aisne, la Communauté de Communes du Tardenois, la Communauté de Communes de l'Ourcq et du Clignon et la Communauté de Communes du Canton de Charly Sur Marne.

