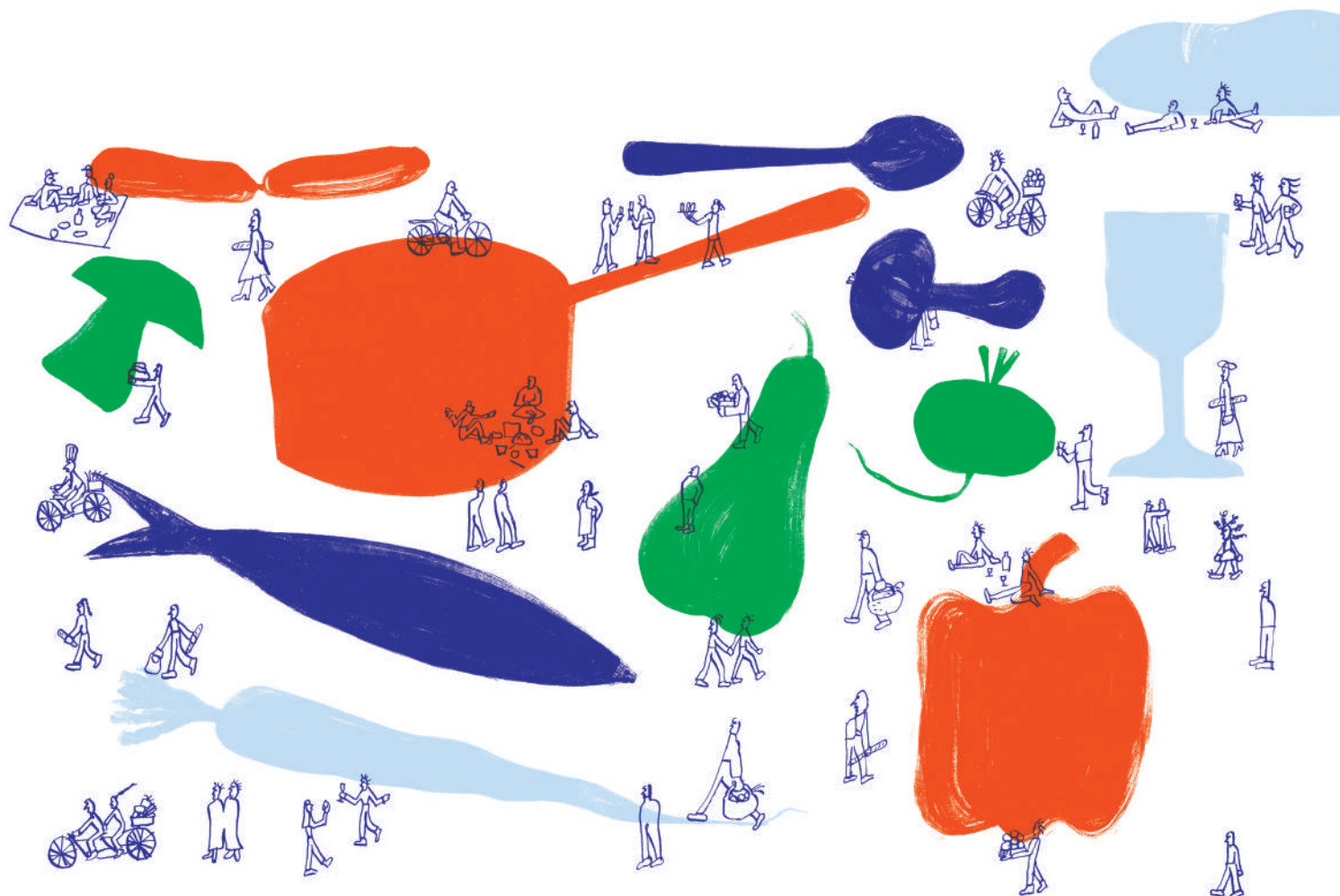


LE LIVRE BLANC DE LA GASTRONOMIE RESPONSABLE

2019



À l'initiative du Ministère de l'Europe et des Affaires étrangères et d'Alain Ducasse

#GoutDeFrance #GoodFrance



goodfrance.com

INTRODUCTION

“

*La destinée des nations
dépend de la manière dont
elles se nourrissent*

”

JEAN-ANTHELME BRILLAT-SAVARIN

A l'heure des dérèglements écologiques et climatiques, le monde de la gastronomie a un rôle fondamental à jouer. Au carrefour des enjeux de santé, d'environnement, d'économie, de culture, d'énergie, d'éducation et de société, l'univers de la restauration doit plus que jamais s'inscrire dans une démarche vertueuse, durable et éco-responsable.

Car la gastronomie est porteuse de sens, puissante et sensible, médiatique et universelle. Elle fascine et fait parler, mais aujourd'hui ses enjeux vont bien au-delà du fait de nourrir, de divertir ou d'enchanter. Il s'agit aussi de prendre soin de la terre et de ceux qui l'habitent. D'entretenir et de cultiver la biodiversité, tout en ayant un impact neutre, voire positif, sur l'environnement. Producteurs, cuisiniers et consommateurs se doivent d'en être conscients : la manière dont on se nourrit peut véritablement changer le monde, et la gastronomie peut être la locomotive et l'étendard de ce changement.

Il est temps que chacun, au sein de la chaîne alimentaire et gastronomique, prenne ses responsabilités individuelles et collectives, vis à vis de soi-même et des autres : agriculteurs, artisans, transformateurs, cuisiniers, restaurateurs et hôteliers, transporteurs, mangeurs, décideurs...

Nous devons changer de paradigme, penser au-delà de l'assiette, en fonction des produits et de ceux qui les font, des écosystèmes naturels et humains, marins et terrestres, modifier les modes opératoires en cuisine, les rapports au sein des équipes, mais aussi avec les fournisseurs, les prestataires de services, les clients, les collectivités.

Il est urgent de réfléchir et de tendre vers une gastronomie durable, aux défis nombreux, excitants, savoureux. On peut ré-enchanter la cuisine en lui donnant du sens, et en la responsabilisant à tous les niveaux.

Il est temps de se régaler avec bon sens et en conscience.

Camille Labro



SOMMAIRE

A LE COMITÉ	04
--------------------	----

B ÉTAT DES LIEUX ET DONNÉES CLÉS	06
---	----

C QU'EST-CE QUE LA GASTRONOMIE RESPONSABLE ?	08
---	----

D LES GRANDS PILIERS DE LA GASTRONOMIE RESPONSABLE	14
---	----

1. Les ingrédients	16
2. Le menu	18
3. La préservation de la biodiversité	20
4. Le gaspillage alimentaire	22
5. Le cercle vertueux	24
6. L'équipement	26
7. Collaboration et éthique	29

E RETOURS D'EXPÉRIENCE, IDÉES ET INITIATIVES	30
---	----

F CONTACTS, LIENS ET RESSOURCES	40
--	----

Direction de rédaction
Camille Labro
avec l'aide de Nina Sahraoui

Photographies
Anne-Claire Héraud
www.anneclaireheraud.com



A LE COMITÉ



Ils sont déjà nombreux, ceux qui ont compris l'impérieuse nécessité de s'engager, et qui, chaque jour, réfléchissent à des évolutions et des améliorations possibles dans leurs cuisines, leurs assiettes, leurs actions et interactions en deçà et au-delà du restaurant.

Parce que chacun peut apprendre quelque chose de l'autre, il nous a semblé essentiel de faire appel à un large panel de professionnels, pour constituer un comité de réflexion responsable et diversifié.

Chefs français et internationaux, restaurants gastronomiques ou bons bistrots, mais aussi producteurs maraîchers, pêcheurs, éleveurs, paysans boulangers et artisans ont chacun réfléchi aux grandes questions qui sous-tendent leurs métiers et leurs quotidiens. Leurs contributions et témoignages nourrissent et font la trame de ce Livre Blanc : pour aller au-delà du discours gastro-écolo et initier des actions efficaces et durables ; pour étayer les grands principes fondateurs avec des expériences réelles, des applications vécues, des échecs et des succès ; pour entendre plusieurs voix, les harmoniser et les renforcer.

Les membres du comité

JUAN ARBELAEZ

Vida, Paris

CHRISTOPHE ARIBERT

Maison Aribert, Uriage-les-Bains

MIKAEL AMISSE

Le Royal Barrière, La Baule

ARMAND ARNAL

La Chassagnette, Arles

MAURO COLAGRECO

Mirazur, Menton

SANG-HOON DEGEIMBRE

L'air du temps, Belgique

CHRISTOPHER COUTANCEAU

La Rochelle

ALAIN DUCASSE

Ducas Paris

JULIEN DUMAS

Lucas Carton, Paris

MANON FLEURY

Le Mermoz, Paris

ERIC GUERIN

La Mare aux Oiseaux, Saint-Joachim

PHILIPPE HARDY

Le Mascaret, Blainville-sur-Mer

CHRISTOPHE HAY

La Maison d'à Côté, Montlivault

MICHAEL KLOETI

Michael's on the Hill, États-Unis

LORENZO LOSETO

George restaurant, Canada

WANDILE MABASO

SA Culinary Club, Afrique du Sud

VIRGILIO MARTINEZ

Central, Pérou

ALEXANDRE MAZZIA

AM, Marseille

ALESSANDRA MONTAGNE

Tempero, Paris

GÉRALD PASSEDAT

Le Petit Nice, Marseille

FRANÇOIS PASTEAU

L'Epi Dupin, Paris

MICHEL PORTOS

Le Poulpe, Marseille

FANNY REY

Auberge Reine Jeanne, Saint-Rémy-de-Provence

HUGO et OLIVIER ROELLINGER

Les Maisons de Bricourt, Saint-Méloir-des-Ondes

DAVID ROYER

Castel Ac'h, Plouguerneau

NADIA SAMMUT

Auberge La Fenière, Cadenet

MARCO SOARES

Magna, Brésil

PIERRE THIAM

Yolele Foods, États-Unis

GLENN VIEL

Oustau de Baumanière, Les Baux-de-Provence

ALICE WATERS

Chez Panisse, États-Unis

DRIES DELANOTE

Monde des Mille Couleurs, Belgique

GRÉGORY DELASSUS

Ferme du Beau Pays, Moustiers-en-Fagne

LAURIANE DURANT

Ferme du Vieux Poirier, Schopperten

ROLAND FEUILLAS

Les Maîtres de Mon Moulin, Cucugnan

PIERRE GAYET

Domaine des Vernins, Dornes

ERIC JACQUIER

Lac Léman, Lugrin

EMMANUELLE MARIE

La Petite Laura, Granville

HÉLÈNE REGLAIN

Ferme d'Artaud, La Chapelle-Saint-Sauveur

JOËL THIEBAULT

Yvelines

STÉPHAN MARTINEZ

Moulinot, Paris

ALEXANDRA COUSTEAU et ROSALIE MILLER MANN

Fondation No More Plastic



B

ÉTAT DES LIEUX ET
DONNÉES CLÉS

L'alimentation est à la fois cause et victime des déséquilibres de l'environnement. Les modes de production et de distribution développés après-guerre ont contribué à accroître la pollution des sols et des eaux, à appauvrir la qualité des produits, à répandre une alimentation standardisée beaucoup trop riche en gras, sucre et sel. Elle est aussi devenue un facteur essentiel du réchauffement climatique, devant les transports. Et plus les températures augmentent, plus les assauts de sécheresses ou d'inondations affectent la production agricole et mettent en péril les souverainetés alimentaires.

Une empreinte carbone importante

Le secteur agriculture et alimentation (du champ au traitement des déchets) représente à lui seul plus de **30% des émissions de gaz à effet de serre** responsables du réchauffement climatique (GES) sur le territoire français, et entre 15 et 30 % dans les pays développés (chiffres variant selon les analyses).

● <https://reseauactionclimat.org/thematiques/alimentation/>

L'élevage

Entre **14 et 18%** des émissions mondiales de GES mondiales proviennent de l'élevage, dont 65% dus à l'élevage bovin (viande et produits laitiers), et principalement l'élevage intensif.

● <http://www.fao.org/news/story/en/item/197623/icode/>

La pêche

30% des stocks de poissons dans le monde sont surexploités

60% des stocks sont exploités pleinement (près de 90% en Méditerranée)

171 millions de tonnes de poissons ont été pêchées/produites en 2016, dont 47% provenant de l'aquaculture. Mais il faut en moyenne 5kg de poissons sauvages pour produire 1kg de farine, base de l'alimentation des poissons d'élevage.

La biodiversité

66% de la production agricole mondiale ne repose que sur 9 plantes alors qu'il en existe 6000 pour nourrir les populations.

La production animale mondiale repose sur environ 40 espèces animales, dont une poignée seulement fournit la grande majorité de la viande, du lait et des œufs. Sur les 7 745 races de bétail locales recensées dans le monde, 26% sont menacées d'extinction.

● <http://www.fao.org/news/story/fr/item/1181464/icode/>

La santé

En 40 ans, les cas d'obésité chez l'enfant et l'adolescent ont été multipliés par dix.

En 2030, le diabète, maladie directement lié à l'alimentation, sera la 7ème cause de mortalité dans le monde.

● <https://www.who.int/diabetes/global-report/fr/> (source OMS)

Le gaspillage

30 % de la production agricole mondiale part à la poubelle sans avoir été consommée

40 % des poissons pêchés par les flottes industrielles sont jugés non commercialisables

● Source FAO

Le plastique

8 millions de tonnes de plastique finissent dans l'océan chaque année

91% des 9 milliards de tonnes de plastique produites sur terre n'est pas recyclés

100 billions de tasses ou gobelets en plastique à usage unique sont jetés dans le monde chaque année

1 million de bouteilles de plastique sont achetées chaque minute

5 trillions de sacs en plastique sont utilisés chaque année, soit 160 000 par seconde

● <https://www.nomoreplastic.co>

L'alimentation durable

En 2010, la FAO (organisation mondiale pour l'Alimentation et l'Agriculture) définissait "l'alimentation durable" : *« des consommations alimentaires compatibles avec la protection et le respect de la biodiversité et des écosystèmes, culturellement acceptables, accessibles, économiquement équitables et financièrement abordables ; nutritionnellement adéquates, dépourvues de risques et saines ; tout en étant capables d'optimiser les ressources naturelles et humaines ».*

QU'EST-CE QU'UNE GASTRONOMIE RESPONSABLE ?

Respect, conscience, protection du vivant, des écosystèmes et de la biodiversité, impact minimal sur l'environnement et la nature, sens de la communauté, bon sens, principe de réalité : tels sont les termes et expressions qui sont revenus le plus souvent lorsqu'on a demandé aux membres du comité de définir ce que peut être une « gastronomie responsable ». Voici quelques-unes de leurs définitions et de leurs visions.

RESPONSABILITÉ ET CONSCIENCE

Nadia Sammut

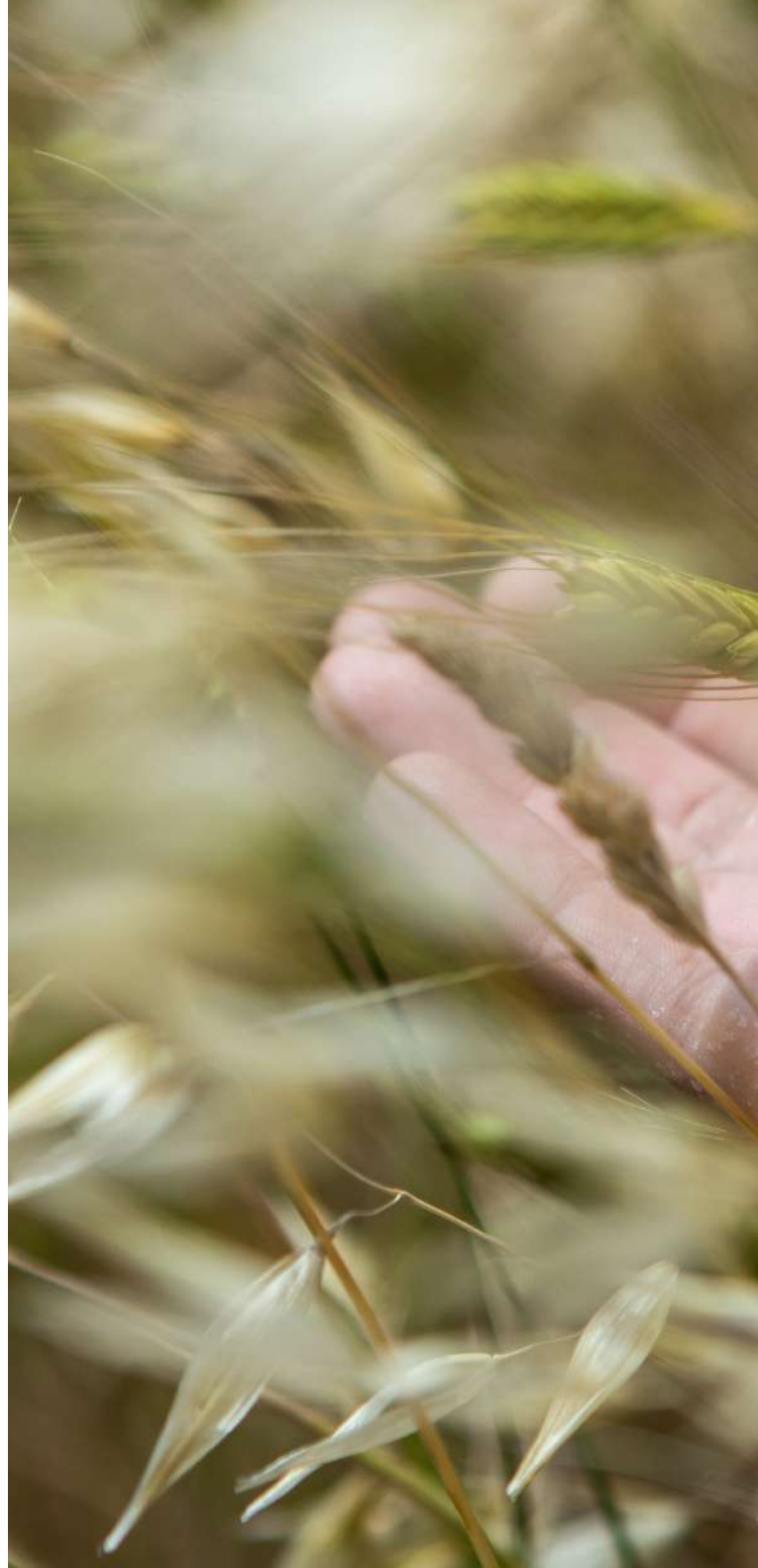
Auberge La Fenièrre, Cadenet

« Le mot responsable est un terme fort et engageant. Dans le dictionnaire on lit : 'qui doit mesurer la conséquence de ses actes'. Faire une cuisine responsable, c'est prendre des engagements, des responsabilités, et en être conscient. »

Gérald Passedat

Le Petit Nice, Marseille

« La cuisine doit être le garant d'une culture d'intelligence, de choix de nos producteurs et prendre en considération la culture bio ainsi que la pêche raisonnée. Elle doit être de tous les combats pour la défense de la nature et ainsi devenir pour les jeunes générations un exemple de naturel. Il faut territorialiser sa voix culinaire ! Privilégier la curiosité du goût autour de l'implantation de son restaurant, de sa cuisine. Mettre en évidence et supporter les producteurs en valorisant leur travail et en les citant dans nos cartes. Travailler en harmonie avec la nature, les saisons, même si elles sont changeantes. Respecter et valoriser la pêche ancestrale et militer pour le respect de nos sources naturelles. »







Wandile Mabaso

SA Culinary Club, Afrique du Sud

« Il faut être conscient de son environnement et de son entourage et, plus important encore, du contexte socio-économique dans lequel on cuisine. Cette compréhension détermine les ingrédients à utiliser et comment les utiliser. Dans ma région, à Johannesburg, nous avons encore beaucoup de pauvreté et un manque d'éducation relatif au bien manger. C'est pourquoi je me focalise sur les produits frais et la nutrition. J'achète des produits locaux pour soutenir l'économie des petits agriculteurs et des petits pêcheurs, tout en éduquant les gens sur une meilleure alimentation. Il est également essentiel d'utiliser des ingrédients qui existent en abondance, et de respecter ceux qui sont rares. »

Christophe Aribert

Maison Aribert, Uriage-les-Bains

« En tant que chef-entrepreneur, je n'ai pas d'autre choix que d'œuvrer pour une gastronomie responsable. Je vis au contact de la nature alpine depuis mon enfance et j'observe avec attention l'évolution du climat et la dégradation de la montagne en haute altitude. J'ai pris conscience qu'il fallait agir dès maintenant. »

PENSER AU-DELÀ DE L'ASSIETTE

Alice Waters

Chez Panisse, Etats-Unis

« Cuisiner de manière durable, c'est comprendre le lien entre nature et nourriture. C'est laisser la nature guider nos choix en mangeant local et de saison, et concevoir le tout comme un cycle. Refuser les emballages, réduire le gaspillage et retourner les bio-déchets à la terre, c'est respecter ce cycle naturel et vertueux. »

Alain Ducasse

Ducasse Paris

« Nous devons accompagner les clients dans la bonne voie. Ainsi, le consommateur sera lui-même véhicule des messages que nous aurons portés. Décidons de mettre en avant certains poissons sur nos tables ou d'ouvrir une voie sur l'utilisation des algues : si chaque chef joue le jeu dans sa maison, si on le fait dans nos cuisines et nos écoles, d'autres vont suivre et les consommateurs aussi. »

David Royer

Castel A'ch, Plougerneau

« La gastronomie responsable est une cuisine qui n'est plus axée uniquement sur l'assiette mais sur tout ce qui se passe en amont, pendant et après le service : producteurs, mode de livraison, stockage, préparation, consommation, déchets. C'est aussi une gastronomie responsable vis-à-vis de ses équipes à travers l'apprentissage des produits et de leur mode de production, le respect des horaires et des collaborateurs. »

RÉDUIRE NOTRE IMPACT ENVIRONNEMENTAL

Marco Soares

Magna, Brésil

« Il faut d'abord se préoccuper des matières premières et de leur provenance, afin de réduire les dommages à l'environnement tout en contribuant au développement local. »

Mauro Colagreco

Mirazur, Menton

« Une gastronomie responsable s'intéresse aux origines des produits, et se soucie de l'impact qu'elle produit dans la nature, en essayant de le réduire au maximum. C'est une gastronomie qui utilise des produits de saison et locaux, qui fait vivre les petits artisans et agriculteurs locaux car c'est une excellente façon de consommer varié tout en diminuant l'empreinte carbone des aliments. Elle doit se sentir concernée et valoriser une agriculture diversifiée et saine. Les produits de la mer doivent provenir d'une pêche responsable, saisonnière et locale. Il faut essayer de réduire l'utilisation de plastiques et des produits pétrochimiques. C'est aussi une gastronomie qui se soucie des conditions du travail et du bien-être de ses employés et qui tente d'éduquer et d'influencer le consommateur. »



LE RESPECT DE TOUTES CHOSES

Juan Arbelaez

Vida, Paris

« La cuisine doit être locale, produire le moins de déchets possible et respecter nos intestins. Il faut faire entrer la biodiversité de la nature dans nos assiettes, et entretenir celle-ci en diversifiant ce que nous mangeons. »

Christophe Hay

La Maison d'à Côté, Montlivault

« Nos responsabilités passent d'abord par le respect : le respect des équipes, en prenant soin d'elles et créant un lieu de travail ergonomique et agréable, celui de l'environnement avec notamment des bâtis les plus écologiques possible, le respect des convives avec un accueil chaleureux, un service pédagogue et attentionné, et enfin celui des producteurs en les rémunérant et en les valorisant au mieux. »

Lorenzo Loseto

George Restaurant, Canada

« A l'échelle d'un restaurant, la gastronomie durable consiste à équilibrer de manière responsable les produits que nous cuisinons, à respecter tout ce que nous utilisons, y compris l'eau, et à ne jamais gaspiller. À plus grande échelle, il s'agit de réduire l'impact humain de la gastronomie de notre génération sur les générations à venir. Y compris, mais pas seulement, l'impact que nous pouvons avoir sur le réchauffement climatique, lié aux indulgences et au besoin de produits illimités. Notre mot d'ordre : Soyez respectueux, responsables, et toujours reconnaissants. »

Sang-Hoon Degeimbre

L'air du temps, Belgique

« La gastronomie durable est une gastronomie qui peut tirer les leçons du passé où elle rimait avec abondance et gaspillage, sans contraintes ni obligations. C'est une gastronomie de conscience et de respect. »

VALORISER ET SOUTENIR LES PRODUCTEURS

Philippe Hardy

Le Mascaret, Blainville-sur-mer

« Nous ne sommes que des passeurs. Notre rôle est de préserver et de travailler avec les personnes qui respectent et régénèrent chaque filière. »

Michael Kloeti

Michael's on the hill, Etats-Unis

« Il s'agit de s'investir pleinement dans cette fonction de passeur et de contribuer à préserver la nature pour les générations futures, en soutenant les communautés locales. Acheter local est un acte essentiel, qui réduit l'empreinte carbone tout en sauvegardant l'histoire et la vie des communautés. »

Hélène Reglain

Ferme d'Artaud, La Chapelle
Saint-Sauveur

« Travailler et faire connaître les producteurs c'est contribuer à les faire vivre, mais aussi à protéger la diversité, car bien souvent ce sont ces producteurs qui attachent beaucoup d'importance à la sauvegarde des variétés anciennes et des écosystèmes. »

Pierre Thiam

Yolele Foods, Etats-Unis

« C'est en allant à la rencontre de paysans, pêcheurs et autres producteurs au Sénégal lors de recherches pour mon dernier livre, que je me suis rendu compte que je devais entreprendre des actions plus concrètes pour améliorer les vies et les situations de ces hommes et femmes dont dépend notre alimentation. »



Grégory Delassus

Ferme du beau pays,
Moustiers-en-Fagne

« Est-ce que la cuisine responsable ne serait pas de tendre vers la ferme auberge 2.0 ? Le chef en ville avec son talent et ses clients, le fermier dans sa campagne avec ses légumes ou ses animaux, et entre les deux une connexion comme un cordon ombilical. Un lien direct entre la cuisine, la salle et la ferme. Des échanges virtuels et réels pour l'inspiration et la connaissance. Passer du temps avec les gens, la terre, les animaux ne serait-ce pas la base ? »

LE BON SENS PAYSAN

Lauriane Durant

La Ferme du Vieux Poirier,
Schopperten

« La gastronomie durable est circulaire, et reprend le terme 'bon sens', du producteur local au restaurateur. »

Julien Dumas

Lucas Carton, Paris

« A l'instar de la permaculture, la gastronomie doit être pensée comme un ensemble d'écosystèmes, pour générer le futur radieux de notre terre. »

Pierre Gayet

Domaine des Vernins, Dornes

« Une cuisine qui sait d'où viennent ses produits, qui privilégie le rapport direct avec les producteurs, qui travaille des produits bruts, frais et de saison et de préférence issus de l'agroécologie. Des chefs qui informent leurs clients et leurs équipes et font preuve de pédagogie pour expliquer la présence ou l'absence de tel produit à telle période de l'année. »

L'URGENCE ET LE VIVANT

Fanny Rey

**Auberge Reine Jeanne,
Saint-Rémy-de-Provence**

« Notre monde, celui de notre génération de chefs, est un monde fini. L'océan n'est pas inépuisable et notre héritage est celui de la rareté et de l'épuisement des ressources. Nous sommes en état d'urgence écologique. Les cuisiniers doivent redevenir des jardiniers, des pêcheurs, des cueilleurs. Ne sous-estimons pas la puissance de notre fourchette. »

Roland Feuillas

**Les Maîtres de mon Moulin,
Cucugnan**

« La situation planétaire est gravissime. Ne pas se sentir concerné relèverait de l'inconscience totale ou du cynisme absolu. L'urgence est de se focaliser sur le vivant et de s'investir dans une relation quasi chevaleresque à la vie. Il faut tout faire pour soutenir la vie, la faire croître, la multiplier. Une gastronomie responsable ne saurait se bâtir sur des ressources génétiques (qu'elles appartiennent au règne animal, végétal, fongique ou bactérien) dévoyées de l'axe naturel du vivant. Finis, les légumes hybrides F1, les sélections focalisées sur la productivité et le profit, les semences stériles et l'humain cantonné à un rôle d'exploitant prédateur.

La gastronomie responsable est celle qui est entièrement basée sur le vivant, dans une connaissance et une conscience établies à l'intersection de la pensée humaniste, philosophique, spirituelle et scientifique. L'art du cuisinier ou de la cuisinière est d'abord de respecter le vivant et de le transmettre, de façon à mettre en éveil le système émotionnel et mental de celui qui mange.

Une gastronomie responsable est donc bien celle qui responsabilise aussi la personne qui s'en nourrit, par le biais de l'émotion, qui elle-même ouvre le cœur et donne du courage. C'est à dire les conditions nécessaires pour que nous devenions tous acteurs d'une renaturation aussi urgente que nécessaire. »

UNE CUISINE ÉTHIQUE ET JOYEUSE

Hugo & Olivier Roellinger

**Les Maisons de Bricourt,
Saint-Méloir-des-Ondes**

« Nous préférons abandonner le terme gastronomie pour celui de 'cuisine éthique et joyeuse'. Une cuisine qui ferait du bien à l'esprit, au cœur et au corps. Une cuisine qui permettrait aux agriculteurs et aux pêcheurs de se développer avec la complicité du vivant de la nature. Une cuisine où les meilleurs(res) seraient les plus vertueux(ses), afin que pour le plus grand nombre, le plaisir de manger reste l'un des tous premiers de la vie. »





D

LES GRANDS PILIERS DE LA GASTRONOMIE RESPONSABLE



1. Les ingrédients

L'impératif des bons produits

Il n'y a pas de bonne cuisine sans bon produit. Le travail du cuisinier commence par la recherche de ses ingrédients et la prise de contact avec ceux qui les produisent. Agriculteurs maraîchers, éleveurs, pêcheurs, cultivateurs céréaliers, mais aussi paysans boulangers, artisans fromagers, vignerons ou charcutiers sont les premiers maillons de toute chaîne alimentaire et culinaire qui se respecte.

« Pour faire un grand plat, il faut de bons produits. Je veille à sélectionner les produits optimaux, en pleine saison, pour les mettre en valeur le plus justement et le plus naturellement possible. »

Christopher Coutanceau

Un approvisionnement vertueux, aussi direct que possible, est le fondement d'une cuisine durable. Traçabilité et transparence sont clés.

Favoriser des légumes et des fruits cultivés sans intrants agro-chimiques, avec ou sans label « bio », choisir des animaux élevés en pâturage, des œufs et volailles de plein air, des poissons de petite pêche artisanale : c'est ainsi que le cuisinier peut commencer à réfléchir à ce qu'il va préparer, de manière saine et sereine.

De même, les restaurants devraient favoriser au maximum des vins de vignerons, issus de raisins non traités et vinifiés naturellement.

Quand il n'est pas possible de faire local, pour des produits exotiques du type café, thé, chocolat ou épices, il est nécessaire de favoriser les productions biologiques, issues du commerce équitable.

La proximité entre cuisiniers et producteurs

En créant une complicité avec les producteurs, eux-mêmes en contact direct avec la nature, les cuisiniers peuvent apprendre à mieux connaître et mieux utiliser leurs matières premières.

« J'ai décidé que tout chef qui souhaitait avoir mes poissons devait d'abord se déplacer et faire une sortie en bateau avec moi. Cela m'a permis de faire des ren-



contres extraordinaires, et je me suis aperçu que cela faisait beaucoup de bien aux cuisiniers de sortir de leurs fourneaux et de trouver l'inspiration sur l'eau. J'ai aussi assisté à plusieurs services pour comprendre la pression, le stress, les exigences de qualité de la haute cuisine française. » - Eric Jacquier

En tissant des liens forts et une collaboration régulière, le chef peut aussi garantir au producteur la durabilité de son entreprise. Car c'est souvent grâce à ses clients restaurateurs qu'un maraîcher trouve les moyens de survivre et de financer son exploitation. Un chef peut également l'aider à se faire connaître et à trouver d'autres clients.

« Je suis basée à Paris, et je ne travaille qu'avec des produits du terroir parisien... Si en tant que chef ou cheffe, on n'entretient pas l'agriculture locale et artisanale, tout va devenir monoculture et standardisé. Nous devons faire travailler les producteurs qui sont juste à côté de nous, pour qu'ils puissent vivre et perdurer. »

Alessandra Montagne

« Travailler en direct avec les producteurs, c'est une évidence. On ne peut pas tricher là-dessus. Je ne conçois pas d'aller chercher un produit dans un supermarché. Si on n'a pas un produit, on ne l'a pas. Il y a une relation directe, une énergie qui passe de la terre à l'assiette, à travers le producteur puis le cuisinier... C'est cela notre métier. Faire bon dans un territoire, c'est du bon sens : c'est faire bon au goût, bon pour le corps, et bon pour la planète, pour notre territoire et pour les hommes et les femmes qui essaient d'en vivre. »

Hugo Roellinger

Le goût avant l'esthétique

« Lorsque j'ai créé mon restaurant, je cherchais à retrouver le goût des bonnes choses que j'avais, longtemps auparavant, goûtées en France. Je me suis mise en quête de ces goûts, j'ai cherché dans les marchés, les restaurants, et j'ai fini par arriver à la porte des petits producteurs de ma région. C'est chez eux qu'était le goût. Et c'est à travers ce réseau de producteurs locaux qu'est véritablement née ma cuisine. »

Alice Waters

Le goût et les qualités nutritionnelles des produits sont trop souvent délaissés au profit de l'esthétique et de la productivité. On peut inverser cette tendance, rechercher d'abord le goût, qui se trouve souvent dans des produits non calibrés, non sélectionnés par l'agro-industrie (où le goût n'est jamais un critère).

Les producteurs paysans, utilisant des semences paysannes non-hybrides, mettent, eux, l'accent sur le goût et les qualités nutritionnelles des végétaux. En travaillant main dans la main avec les cuisiniers pour qui les saveurs sont essentielles, ils peuvent développer ce travail.

S'adapter à la météo

Il est bien sûr important de respecter les saisons dans sa région, mais il faut aussi, désormais, prendre en compte les fluctuations climatiques. Celles-ci peuvent avoir certains bénéfices (les bananes qui poussent en Sicile, des fruits de la passion dans le sud de la France), mais nécessitent d'autant plus de flexibilité et d'ouverture d'esprit.

La saisonnalité n'est pas un diktat, c'est plutôt le rythme des cultures et de la météo qui doit guider la cuisine.

« Aujourd'hui le climat est totalement bouleversé et d'une année sur l'autre, la saison de tel ou tel légume n'est pas la même. Il faut accepter qu'un produit n'est jamais linéaire et que son goût, sa forme, sa taille vont évoluer dans le temps. La recette doit pouvoir changer en fonction du produit, pas l'inverse ! Avoir un lien proche avec son producteur est la seule façon de connaître la vraie saisonnalité. »

Hélène Reglain

Une tomate peut être à son apogée en novembre. Au cuisinier de l'accepter et de s'adapter. Aujourd'hui, il pourrait être judicieux de resserrer l'idée de « saison » à un mois, pour raccourcir les périodes, en cessant de les anticiper ou de réclamer des primeurs trop tôt, et donc « hors saison ».

« Chaque producteur se remet en question selon les aléas climatiques, chaque restaurateur devrait faire de même. » - Lauriane Durant





2. Le menu

Les produits guident le menu

C'est l'approvisionnement qui doit déterminer le menu et non l'inverse. Le cuisinier doit se mettre à l'écoute de ceux qui cultivent, élèvent, pêchent et cueillent pour composer ses plats au plus proche de la nature.

« Tenir la même carte pendant plusieurs mois n'a plus de sens. Mieux vaut caler ses plats en fonction des petits producteurs, et compléter chez les gros premiers si besoin. L'inverse est impossible car le décalage des saisons est énorme entre Rungis et les petits producteurs. » - Hélène Reglain

La responsabilité des chefs vis à vis des producteurs est grande : par les choix de commandes qu'ils font tous les jours pour leurs restaurants, ils aident aussi à financer les efforts et recherches des producteurs, ainsi que, par extension, le maintien de la biodiversité dans leurs exploitations.

« A l'ouverture de mon restaurant, je commandais des produits des quatre coins du monde pour satisfaire mon envie d'ingrédients de luxe, une habitude confortable prise lorsque je travaillais à l'étranger. Au fil des mois, ma cuisine a évolué, et j'ai repris contact avec mon propre terroir. Je suis aujourd'hui le seul chef cuisinier du Gauteng à acheter directement auprès de petits pêcheurs et je suis même devenu l'ambassadeur d'Abalobi, une plate-forme qui soutient la pêche locale et raisonnée ». - Wandile Mabaso

Faire la part belle au végétal

La production de viande (élevage et cultures fourragères) représente près de 15% des émissions de gaz à effet de serre. Réduire de moitié notre consommation de viande et produits laitiers (notamment d'origine bovine, la plus polluante) pourrait être aussi efficace que de diviser le parc automobile mondial par deux.

Pourtant, sur les menus et dans les assiettes de beaucoup de restaurants, la protéine animale reste centrale et le végétal est souvent relégué au rang d'accompagnement.

« La viande est un repère culturel très puissant. Elle a toujours été considérée dans notre gastronomie comme le 'plat de résistance'. Sociologiquement, elle a longtemps été le symbole de l'accès à un certain statut social. Il n'est donc pas facile de faire de la haute gastronomie en prenant le parti de se couper de ce produit. » - Alain Ducasse

Il faut inverser les proportions animal/végétal dans les assiettes : 1/3 protéines animales pour 2/3 de produits végétaux.

La gastronomie contemporaine doit approfondir le travail autour des protéines végétales, et se recentrer sur les légumes, céréales et légumineuses, pour montrer que ceux-ci peuvent être tout aussi délicieux que les produits d'origine animale.

« Pour que le légume soit mis en valeur, il y a du boulot. Épluchage, nettoyage, séchage, cuissons... Mais c'est aussi une gymnastique cérébrale très intéressante. Moi je traite le légume comme une viande. Je le rôtis, je le déglace, j'utilise des jus... »

Romain Meder, Alain Ducasse au Plaza Athénée.

Quelques suggestions pour menus durables

- **Inverser les proportions mais aussi les mentions légumes et viandes sur les intitulés de la carte, comme à l'Epi Dupin de François Pasteau. Par exemple : “Poêlée de patate douce au sésame, échine de cochon basque” ou “Navets rôtis au miel, poitrine de veau confite”.**

« Je ne suis pas pour dire qu'il ne faut plus manger de viande ni de poisson'... Il faut être intelligent, manger en petite quantité mais de très bonne qualité et mettre plus de végétaux, flexitarien en un mot. »

François Pasteau

- **Proposer systématiquement une option végétarienne : tout menu devrait comporter une option 100% végétarienne, aussi intéressante et appétissante que le reste, sans qu'il soit nécessaire au client de la réclamer.**

« Je suis toujours plus créative et inspirée pour cuisiner les légumes. Je ne manque jamais d'idées pour mes plats végétariens et j'en ai systématiquement au menu. Le monde végétal est tellement riche et divers ! »

Manon Fleury

- **Préserver les fruits et légumes en pleine maturité en faisant des conserves, pickles, confitures, en les faisant sécher ou fermenter... Des méthodes de conservation qui sont un excellent moyen de prolonger les saisons.**

« Nous essayons de cuisiner au fil des saisons et de préserver beaucoup de choses lorsque les produits sont à parfaite maturité. Nous les utilisons ensuite tout au long des mois froids. » - **Michael Kloeti**

« Nous consommons les légumes frais, et en pré-servons aussi une bonne partie pour les périodes d'hiver où le jardin ne produit pas. Ces légumes fermentés nous fournissent le jus de fermentation pour nos sauces. En poussant encore la réflexion

zéro déchet, nous utilisons les restes de légumes fermentés déshydratés pour nos assaisonnements sous forme de poudres, qui nous servent de sels ou comme bouillons passés dans une cafetière à piston. »

Sang-Hoon Degeimbre

Produits humbles et produits de luxe

Thon, saumon, turbot, bœuf, foie gras, caviar, truffe : autant de produits rares et parfois menacés que l'on retrouve sur de nombreuses grandes tables à travers le monde et qui peuvent poser des problèmes à la fois éthiques et environnementaux, tout en perpétuant le clivage entre produits nobles et produits humbles.

En ce qui concerne la viande, la gastronomie favorise trop souvent les « parties nobles », filets, côtes ou gigots au détriment du reste de l'animal.

« Dans le cochon, les carrés et la poitrine sont toujours mis à l'honneur, les autres pièces de la bête restant souvent inexploitées. Cela oblige le producteur à transformer les morceaux moins nobles ou trouver d'autres modes de commercialisation. Cela pose également un problème de quantité : il faudrait produire plus de belles pièces et moins d'autres, ce qui est impossible. Un chef responsable devrait apprendre à travailler l'ensemble de l'animal. » - **Lauriane Durant**

Ainsi, le rôle du cuisinier est aussi d'utiliser son savoir-faire pour valoriser les produits plus humbles et accessibles (abats, poissons bleus, choux, betteraves, carottes...) pour les rendre appétissants et savoureux.

« Nous essayons d'apporter une dimension pédagogique aux clients, en leur donnant un éclairage sur les saisons, en leur expliquant par exemple pourquoi il n'y a pas de bar en janvier... mais également en valorisant des poissons dits peu nobles, comme le maquereau, la sardine, la vive ou la vieille qui sont des espèces fabuleuses, mais encore méconnues du grand public. Nous imposons ces poissons dans les menus dégustation ou à la carte, et nos clients sont curieux, ils goûtent ! Résultat, ils sont agréablement surpris et ils vont penser à acheter ce type de poissons, parce que ça leur a plu. » - **Christopher Coutanceau**

3. La préservation de la biodiversité

Diversifier l'assiette pour entretenir la biodiversité

Sans produits, pas de cuisine. Le monde scientifique nous alerte régulièrement sur le déclin de quantité d'espèces, mammifères, oiseaux, insectes, poissons mais aussi plantes - tout ce dont l'homme se nourrit.

Le chef est responsable à tous les niveaux. Dans son restaurant, mais aussi vis à vis de la nature. Si son savoir-faire est de cuisiner, de « sublimer » les produits et de valoriser la diversité de son territoire, il doit aussi veiller à préserver les ressources naturelles qu'il utilise, en faisant des choix éclairés.

« Il faut arrêter de manger toujours la même chose, faire de la place à des céréales différentes, les légumes oubliés, des légumineuses, pois cassés, salsifis, amarante... Par les choix de ce que l'on cuisine, on peut soutenir une agriculture diversifiée, et contribuer à limiter nos émissions carbone ». - Juan Arbelaez

Se renseigner sur chaque ingrédient qui entre au menu est crucial, pour que les générations futures puissent se nourrir et continuer de se régaler. Il y a des questions à se poser quotidiennement : *« Ce poisson est-il menacé d'extinction ? Ces végétaux sont-ils issus de semences hybrides ou anciennes ? Quel type de produit animal correspond au territoire où se trouve mon restaurant ? »*

« Le mil, le fonio ou le sorgho sont des végétaux que l'on cultive en Afrique depuis des millénaires, mais que les populations locales ont progressivement boudé au profit des importations massives de riz en provenance d'Asie. A Dakar où j'ai grandi, on ne mangeait que du riz cassé et des pâtes ! En devenant cuisinier, j'ai décidé de remettre ces ingrédients traditionnels dans mes assiettes et de faire ce que je pouvais pour assurer la pérennité de ces cultures anciennes. »

Pierre Thiam

Ressources maritimes

Nous épuisons nos mers et vidons l'océan de ses poissons. La pêche industrielle hauturière et son chalutage de grand fond contribuent à réduire dramatiquement les ressources halieutiques mondiales. Au

cours des 40 dernières années, les populations d'espèces marines ont enregistré un déclin de **39 %** et les pratiques de pêche actuellement privilégiées sont responsables d'environ 38,5 millions de tonnes de « prises accessoires » chaque année.

(sources WWF et FAO)

« Il faut favoriser à tout prix une pêche côtière, respectueuse de cet environnement dont nous tirons nos ressources, et un poisson qui n'a jamais vu la glace et ne la verra jamais. » - Philippe Hardy

Il est crucial pour les cuisiniers de sélectionner des poissons issus d'espèces non menacées, pêchés avec des techniques respectueuses de la faune et la flore marine - soit une pêche artisanale de "petit bateau" (navires n'excédant pas 24 mètres) qui ne prélève que "ce dont on a besoin". Il est également utile de s'informer sur la saisonnalité, pour ne pas acheter une espèce en période de fraie, et de respecter la taille de maturité sexuelle pour consommer des poissons qui ont eu le temps de se reproduire. En cuisine, les poissons « modestes » aux stocks stables doivent être valorisés : sardine, mulot, lieu, tacaud, bonite, rouget grondin, maquereau, merlan, hareng, fruits de mer tels que coques, moules, amandes de mer... Mais aussi les algues, laitue de mer, dulse, nori, kombu, qui sont des aliments aussi durables que sains. L'aquaculture (élevage de poissons et d'algues) pourrait apporter des solutions, à condition d'être pratiquée de manière durable et dans le respect du bien-être animal.

« Une chose est sûre, c'est qu'il n'y aura jamais assez de poisson pour tout le monde, même si on fait attention. Les espèces menacées, il ne faut pas y toucher. L'aquaculture doit se développer, les éleveurs travaillent de mieux en mieux, les bassins d'exploitation sont de plus en plus durables : il y a de plus en plus de bien-être animal. On peut désormais trouver du poisson d'élevage de qualité. »

François Pasteau

« L'aquaculture n'est pas la baguette magique contre la diminution des stocks de poissons, (...) mais pourrait devenir demain une activité au service du repeuplement des mers. La mer, comme la terre, sera alors capable d'assurer la production des protéines nécessaires à l'humanité à venir. Satisfaire l'alimentation de



8 à 9 milliards d'êtres humains nécessite une gestion globale des espaces littoraux, indispensable pour assurer la pérennité des productions halieutiques. »

Pierre Mollo, chercheur biologiste spécialiste du plancton

Ressources terrestres

Depuis le début du 20ème siècle, près de **75%** des variétés végétales cultivées ont disparu, à mesure que les agriculteurs ont abandonné les variétés locales et cultivars traditionnels pour passer à des variétés à haut rendement, génétiquement uniformes. Selon un rapport extensif sur la biodiversité alimentaire de la FAO, le premier du genre jamais réalisé, publié en février 2019 (voir section B), la biodiversité qui sous-tend nos systèmes alimentaires est en déclin rapide, et compromet sérieusement notre capacité à nourrir une population mondiale croissante.

Côté animal comme végétal, les cuisiniers doivent valoriser la diversité, les aliments méconnus, choisir des espèces rustiques et des variétés végétales issues de semences anciennes, afin de régénérer la biodiversité mais aussi l'indépendance des producteurs.

« Mes principes fondateurs, en tant que producteur : éviter tous types d'intrants chimiques, et limiter au

maximum, voire éliminer l'usage de variétés hybrides F1, car la durabilité passe aussi par une indépendance et une autonomie des paysans vis à vis de l'industrie semencière. Privilégier les variétés libres de droits et à pollinisation ouverte permet de garantir une certaine souveraineté alimentaire pour le présent et le futur. »

Pierre Gayet

« Un chef devrait pouvoir encourager son producteur à ne pas tomber dans la simplicité de la monoculture mais à varier les végétaux et à avoir un élevage qui respecte le biotope de l'animal. » - Lauriane Durant

A Moustiers-en-Fagne (Nord) Grégory Delassus élève des vaches Highland, race rustique venue d'Ecosse. Les animaux évoluent quasi librement dans le parc naturel de l'Avesnois, se nourrissent d'herbe, et tout en pâture, entretiennent et valorisent des zones naturelles protégées. Comme beaucoup d'éleveurs responsables, Grégory Delassus travaille en direct avec nombre de ses clients et préconise de « manger moins de viande », mais de la meilleure qualité qui soit.

« On ne peut pas consommer de la viande deux fois par jour. La viande doit rester un mets d'exception, comme cela a toujours été le cas, même à la ferme, où la viande n'était au menu que le dimanche. »

Grégory Delassus

4. Le gaspillage alimentaire



On estime qu'un tiers des aliments produits sur la planète sont perdus ou gaspillés (à toutes les étapes de la chaîne alimentaire, de la production à la poubelle des ménages), ce qui représente environ 1,3 milliards de tonnes de comestibles par an. (Source FAO). Et le monde de la gastronomie n'est pas en reste côté gaspillage.

« Historiquement, la haute gastronomie est très 'gaspilleuse'... et ce pour plusieurs raisons : on commande trop pour ne pas risquer d'avoir à dire aux clients qu'on n'a plus tel ou tel plat ; on multiplie les produits pour avoir une belle carte chargée ; on n'achète qu'une partie de l'animal sans se soucier de ce qui est fait du reste ; on n'utilise que les beaux légumes, voire la plus belle partie du légume, car la présentation est primordiale, et l'on jette toutes les parures et épluchures... »

Sang-Hoon Degeimbre

Mesures anti-gaspi

Les cuisiniers peuvent initier toutes sortes de démarches pour limiter le gaspillage :

- **Se faire livrer des végétaux dans leur intégrité, en direct du potager, des œufs frais, volailles et grosses pièces de viande (voire des animaux entiers)**
- **Choisir des légumes biologiques, cultivés sans pesticides, pour pouvoir les utiliser dans leur totalité. La peau et les fanes des végétaux peuvent être très goûteux et faire de savoureux bouillons, chips ou purées.**
- **Utiliser les os, parures et carcasses pour faire des fumets, sauces, jus.**

« Dans les cuisines du Mirazur, on essaie de ne rien jeter. Au contraire, on invente des recettes nouvelles pour utiliser les produits en entier. »

Mauro Colagreco

« Au Tempero, on transforme les épluchures en chutneys, les arêtes de poisson en terrines, les bas morceaux en ragoûts, les restes de ragoût en cromesquis... Et quand il reste des plats après le service, on les donne aux voisins ! » - **Alessandra Montagne**

La juste quantité de nourriture

Si l'on gâche autant de nourriture au restaurant, c'est aussi que l'on en sert souvent trop. En règle générale, mieux vaut une assiette équilibrée, nutritive et savoureuse plutôt que trop copieuse - une assiette qui privilégie la qualité à la quantité. C'est aussi bien meilleur pour la santé.

« J'essaie de faire comprendre à mes clients et à mes employés que bien manger ne signifie pas manger beaucoup (...) Nous devons acheter et manger juste ce dont nous avons besoin ». - **Marco Soares**

Pour acheter la juste quantité de matières brutes, il est préférable de s'en tenir à une carte courte, qui s'adapte au gré des arrivages, et de n'acheter que pour le nombre de couverts prévus, au jour le jour. Cela permet aussi de limiter le stockage et des systèmes de réfrigération très énergivores.

Si un plat n'est plus disponible, on peut expliquer au client, en toute transparence, la raison de ces stocks limités. Plutôt que de jeter les surplus, le pain de la veille ou les produits à la date de consommation tout juste dépassée, contacter une association pour qu'elle les récupère et les redistribue aux communautés locales défavorisées.

On utilisera en dernier recours l'option « doggy bag », qui signifie déjà qu'il y avait trop dans l'assiette, et engendre des emballages, donc des déchets, supplémentaires. Auquel cas, l'emballage recyclable doit être privilégié.

Penser compost !

Une fois que l'on a utilisé et recyclé au maximum les denrées en cuisine, le compostage est la solution la plus écologique pour valoriser ses déchets organiques. C'est un processus biologique durant lequel une masse organique (composée notamment d'épluchures, marc de café, coquilles d'œufs, papier, restes de repas...) se décompose grâce à l'action de micro et macro-organismes, champignons, bactéries, pour finir par devenir du terreau très riche en éléments nutritifs pour le sol.

Les possibilités sont adaptables aux situations, du restaurant en pleine campagne qui devrait nécessairement avoir un grand compost extérieur, à l'établissement citadin qui peut avoir recours au lombricomposteur d'intérieur, au compostage de quartier (dans certaines municipalités) ou au prélèvement par des prestataires extérieurs (voir section F).

« Une ville comme Paris produit 1,3 millions de tonnes de déchets à l'année dont 300 ou 400 millions de déchets organiques. Cette matière organique, on peut en faire du compost pour nourrir les sols ou bien de l'énergie. Avec une tonne de compost, on peut ainsi obtenir 60 à 70 mètres cube de gaz. »

Stephan Martinez

5. Le cercle vertueux



Un cercle vertueux est « un ensemble de causes à effets qui améliore un système entier ». Dans le secteur de l'alimentation, on peut l'envisager comme une série de mesures et d'actions aux effets positifs sur l'environnement, la nature et les individus. En proposant des mesures à son échelle, le chef encourage ceux qui l'entourent à faire de même : la bonne volonté est inspirante, voire contagieuse.

« Je suis arrivée à l'Auberge La Fenière avec mon manifeste et j'ai mis en œuvre chacune de mes démarches en mesurant la faisabilité, l'impact et le temps que prendrait la transition.

J'ai organisé des rendez-vous culturels hebdomadaires, conférences, rencontres, projections de films pour mon équipe, pour leur montrer des exemples de problématiques et d'engagements qui existent sur la planète. J'ai invité des pionniers de l'économie sociale et solidaire dans mon établissement pour qu'ils racontent leurs actions, et montrent à quel point il est possible de tout changer. » - Nadia Sammut

Sensibiliser son entourage

S'assurer que ses collaborateurs soient informés et formés pour éviter les gaspillages, économiser les ressources et favoriser les circuits courts est primordial si l'on veut tenir ses engagements tout en dynamisant l'effort collectif.

On peut faire travailler ses équipes autant sur l'assiette que sur les paramètres en amont. Quelques suggestions pour sensibiliser ses collaborateurs aux diverses problématiques de la cuisine durable :

- « Décompartmenter » les postes en cuisine, pour que chacun puisse connaître le travail des autres : approvisionnement, cuisine, salle, plonge, nettoyage, gestion des déchets...
- Faire goûter à tous les collaborateurs du restaurant (serveurs, cuisiniers, sommeliers, plongeurs, mais aussi producteurs et fournisseurs) les plats qui sont mis au menu. A la fois pour que l'équipe de salle soit au fait de ce qui est servi, mais aussi pour que chacun prenne conscience des tenants et des aboutissants de l'assiette.
- Envoyer régulièrement chaque membre du personnel à la rencontre des producteurs, maraîchers, éleveurs, pêcheurs, artisans, et commerciaux ainsi que sur les marchés alimentaires locaux.
- Si possible, créer un potager dans l'enceinte du restaurant (ou non loin), afin que les équipes soient en prise directe avec la terre, et puissent, à l'occasion, mettre eux-mêmes la main au jardin.

« J'attache beaucoup d'importance à la formation du personnel, autant en salle qu'en cuisine, et à la sensibilisation aux enjeux écologiques. Pour cela, j'organise des activités comme des stages auprès des pêcheurs afin d'apprendre à préparer des poissons issus de la petite pêche locale et assurer la transmission des bons gestes. » - Stephan Martinez

« En bas du menu de Chez Panisse est écrit : « La nourriture que nous servons provient de fermes, d'élevages et de vergers respectueux de la nature ». Mais il ne s'agit pas seulement des produits. Nous cultivons aussi un environnement humaniste pour les personnes qui travaillent au restaurant, et souhaitons collaborer avec des fournisseurs qui appliquent la même philosophie dans leur entreprise. » - **Alice Waters**

Développement des circuits courts

De saison, local et non traité : de ces trois piliers de toute cuisine responsable, le local est sans doute le plus important, car en choisissant les circuits les plus courts possibles, le restaurant :

- **Soutient les producteurs et les petits commerces de proximité**
- **Participe au tissu social et économique de sa communauté**
- **Réduit ses émissions carbone en limitant les trajets effectués par les matières brutes**
- **S'assure la meilleure fraîcheur, maturité et saisonnalité des produits**
- **Peut communiquer directement avec les agriculteurs, commerçants, artisans**
- **Peut veiller aux meilleures pratiques de production sur site**

Pour éviter trop de transports ponctuels et des trajets à vide, les restaurants d'une même zone peuvent s'allier pour centraliser les livraisons, créer des points de dépôts de produits, voire des systèmes d'approvisionnement partagés pour collecter directement les produits sur l'exploitation.

« Depuis un an, nous avons mis en place un rassemblement des producteurs de la presqu'île [de Guérande] et un ramassage une à deux fois par semaine sur site des marchandises afin de faciliter les circuits courts. Nous travaillons au plus proche de nos producteurs dans le but d'optimiser la production et de les aider. » - **Eric Guérin**

Pour les restaurants en zone urbaine, il est moins aisé de s'approvisionner en direct, mais les épiceries de proximité se développent et permettent de réduire les intermédiaires, tout en instaurant des relations de confiance.

« Il est très important pour moi de communiquer avec les producteurs avec qui je travaille et de m'entourer d'un bon réseau. J'ai aussi de très bons rapports avec mes distributeurs qui font l'intermédiaire avec les producteurs en région : ils sont réactifs, attentifs et consciencieux, ce qui engendre un cercle vertueux qui nous porte tous au quotidien. » - **Manon Fleury**

Éducation alimentaire

« Nos discours et actions en tant que chefs sont extrêmement importants. Surtout avec la médiatisation dont nous bénéficions actuellement et qui nous permet de faire passer le message à un public plus large. » - **Mauro Colagreco**

Forts de leur aura grandissante, les chefs doivent donner l'exemple, au-delà de leur restaurant. Ils peuvent participer à des débats, des émissions touchant le grand public, ou intervenir auprès des enfants, pour les éveiller à l'importance du « mieux manger », à travers des cours de cuisine dans leur établissement, ou directement dans les écoles, voire les cantines.

« Je fais diverses interventions et pour un public varié mais surtout en direction des enfants et de leurs parents. En tant que passionné d'agriculture durable, j'espère toucher un public plus large que la seule clientèle du restaurant en organisant des cours et ateliers. Mon objectif est de connecter les producteurs dévoués de notre communauté avec les gourmands consciencieux. » - **Michael Kloeti**

« La sensibilisation passe par l'éducation. En tant que restaurateurs, nous pouvons transmettre beaucoup d'informations. Nous pouvons faire évoluer les choses à notre échelle en étant transparents avec nos clients à propos de nos actions pour limiter notre impact sur l'environnement. » - **Christophe Hay**

Il est également nécessaire que les écoles hôtelières mettent en place des formations qui intègrent pleinement les valeurs éco-responsables, ainsi que des mises en lien avec le monde agricole et les principes de l'agro-écologie. Le gâchis des produits comme des emballages doit être contrôlé et réduit dans le cadre des enseignements.

6. L'équipement

Outre les denrées comestibles, les cuisines sont au carrefour de multiples problématiques liées à la pollution, à l'énergie, à l'eau ou aux produits non-alimentaires d'usage quotidien. C'est aussi là-dessus que doit se porter l'attention des cuisiniers éco-responsables.

« Quelques mesures mises en place à l'auberge : nous utilisons des produits de nettoyage non corrosifs, des bougies en cire d'abeille, le menu et le papier sont recyclés et produits par une entreprise locale, l'eau en bouteille est filtrée par la maison. »

Nadia Sammut

Le problème du plastique

Le plastique ne doit pas être automatique. S'il est certes pratique d'utiliser des contenants en plastique réutilisables, il faut à tout prix limiter, voire bannir, l'usage du plastique à usage unique. Pailles, couverts, bouteilles, gobelets et emballages alimentaires contenant du plastique sont sur la liste des nuisibles à l'environnement, tout comme les gants jetables et le film étirable.

Certaines marques proposent désormais des versions biodégradables voire compostables de ces produits mais chacun peut d'abord raisonner sa consommation et privilégier les boîtes hermétiques et le travail à mains nues lavées régulièrement.

« Le monde de la restauration se doit d'être totalement concerné par le sujet du plastique. En Méditerranée, qui est un milieu fermé, les micro-plastiques sont quatre fois plus nombreux qu'ailleurs. Dans la mer, le plastique se charge de toxines diverses et contamine les animaux marins qui les ingèrent. Le taux de toxines augmente et se concentre de plus en plus au fur et à mesure que l'on remonte la chaîne alimentaire, jusqu'à atteindre l'homme, puisqu'on le trouve dans le poisson que nous mangeons ou dans notre sel de table. »

Alexandra Cousteau

En ce qui concerne les emballages de livraison, il est tout à fait possible d'insister auprès du producteur - ou, à l'inverse, du chef - pour mettre en place un système d'emballage ou de caisses réutilisables, voire consignées.

« Nous avons demandé à tous nos fournisseurs de nous livrer leurs produits dans des emballages recyclables et si possible compostables. J'ai réussi à leur faire comprendre que je ne voulais pas être livré dans du plastique, et maintenant, ils font ça pour tous leurs clients. Un grain de sable à l'échelle du monde mais je suis heureux d'y être arrivé. » - **Mauro Colagreco**

Le bâti

Construire ou rénover un bâtiment pose indéniablement des questions d'ordre environnemental. Aujourd'hui, de nombreux outils, matériaux et techniques permettent de limiter efficacement la déperdition énergétique et de construire des édifices éco-responsables. Quelques pistes à privilégier :

- **Peintures sans COV (composé organique volatile), colles sans solvant, pigments naturels**
- **Isolation naturelle (laine de bois, laine ovine, liège expansé...)**
- **Traitement des pierres ou façades à la chaux**
- **Récupération de la chaleur des fours pour le chauffe-eau**
- **Panneaux solaires**
- **Double vitrage dans les régions fraîches**
- **Orientation des bâtiments selon l'ensoleillement, les courants d'air etc.**
- **Utilisation de pieux vissés pour les fondations plutôt que dalles de béton**
- **Bois issus de forêts gérées durablement**

« En construisant notre nouveau bâtiment, j'ai essayé de tout imaginer pour que celui-ci ait le moins d'impact sur l'environnement : bâtiment entièrement électrique et bien isolé, tri des déchets, jardin en permaculture... »

Christophe Hay



La question des normes sanitaires

Le saviez-vous ? Le système HACCP (Hazard Analysis Critical Control Point), qui permet d'évaluer et de maîtriser les dangers en matière d'hygiène et de sécurité alimentaire, est une méthode élaborée aux Etats-Unis dans les années 60, par un laboratoire de la NASA avec le concours de la firme agro-alimentaire Pillsbury, afin de garantir, initialement, la sécurité des aliments des astronautes.

Ces principes HACCP, désormais appliqués mondialement, et qui sous-tendent le règlement européen relatif à l'hygiène des denrées alimentaires (voir section F), sont-ils adaptés à la gastronomie, aux cuisines non-industrielles, aux productions paysannes et artisanales traditionnelles ?

Les normes sanitaires sont-elles compatibles avec une gastronomie éco-responsable qui bannirait le plastique, les transports polluants, les méthodes de cuisson ou de conservation trop énergivores ?

« Il va être difficile de changer rapidement ces procédures très normées sur le plan sanitaire. Par contre, les cuisiniers peuvent agir sur leurs commandes. Être responsable, c'est acheter uniquement ce qui est acceptable éthiquement [...] La prise de conscience est effective et ne peut pas rester lettre morte. J'ai confiance en l'individu et sa capacité à se réguler pour préserver ses ressources. » - Alain Ducasse

Les produits d'entretien

Dans une cuisine professionnelle, toutes les machines et postes de travail, cuisson, stockage, doivent être régulièrement nettoyés et désinfectés. Les produits d'entretien traditionnels, très corrosifs, sont aussi nocifs pour l'environnement que pour les employés. Il est préférable d'opter pour des marques plus écologiques, mais celles-ci ne sont pas toujours suffisamment performantes.

D LES PILIERS DE LA GASTRONOMIE RESPONSABLE

« C'est un vrai problème, les produits ménagers. Les produits 'verts' ne fonctionnent pas bien, ils entartrent les machines et on n'arrive pas à avoir les rendements que les services d'hygiène exigent. Tous les mois, un labo vient faire des prélèvements de surface, et tout doit être dans les clous. Ceci étant, les machines à laver consomment beaucoup moins d'énergie et d'eau, et les produits sont beaucoup mieux dosés qu'avant. C'est un moindre mal. » - **François Pasteau**

L'eau

Il est essentiel de réduire la consommation d'eau dans les cuisines :

- Éviter les « lavages à grande eau » en fin de service
- Choisir des plonges à faible consommation d'eau (5L pour 100 couverts).

Quant à l'eau servie à table, les habitudes peuvent aussi être modifiées, car l'eau en bouteilles est 100 à 300 fois plus chère que l'eau du robinet, engendre transport donc émission carbone, et seulement une bouteille sur deux est recyclée. Il est donc recommandé de :

- Diminuer l'offre de bouteille en plastique
- Privilégier l'installation de filtre à eau permanent pour servir l'eau du robinet
- Ne pas vider les carafes dans l'évier : réutiliser l'eau pour les plantes ou la plonge

« On cherche sans cesse à réduire notre consommation d'eau. Dans le jardin tout d'abord, en n'arrosant pas nos terres et en laissant la nature faire son travail, même si parfois le jardin grille un peu au soleil. On a noté cependant que le manque d'eau a tendance à stresser les plantes et à les rendre plus robustes. D'autre part, en cuisine, nous essayons de privilégier certaines cuissons vapeur, sans ajout d'eau. C'est l'eau contenue dans les plantes qui crée la vapeur. Ça parfume et nous permet d'utiliser nos restes d'herbes, tout en économisant l'eau. Les clients apprécient beaucoup cette cuisson pour le homard, mais sont parfois perplexes devant une caille à la peau transparente... C'est la tendreté et le parfum de la chair, ainsi que les explications de l'équipe de salle, qui achèvent de les convaincre. » - **Sang-Hoon Degeimbre**

L'énergie

Les possibilités de matériel plus performant et moins énergivore se multiplient. On peut par exemple choisir :

- Un fournisseur d'électricité investi dans les énergies non-fossiles
- Un système d'éclairage à économie d'énergie
- Des chambres froides au CO2
- Des fours électroniques et « variocook » n'utilisant que l'énergie nécessaire

« Il faut aussi penser à l'électricité... Je suis chez Enercoop, qui garantit que mon argent va aux énergies vertes. Il faut être honnête, on ne peut pas être 100% vert, et on est encore très dépendant du nucléaire. J'ai deux véhicules électriques aussi, ça pollue quand même moins. » - **François Pasteau**

Gestion des déchets

Seul un faible pourcentage des restes alimentaires est transformé en compost : une grande partie finit dans les décharges et représente une bonne part des déchets solides municipaux. Les émissions de méthane des décharges représentent l'une des premières sources d'émissions de gaz à effet de serre de tout le secteur alimentaire. (Source FAO)

Chaque cuisine devrait instaurer le tri sélectif : poubelles différenciées, bac à compost, recyclage et réutilisation des cartons et cagettes...

« La première chose indispensable pour moi était le tri des déchets en mettant trois composteurs de mille litres sur notre terrain et donc de recycler nos déchets verts et de mettre en place des caisses de livraison avec nos petits producteurs afin de limiter les cagettes, cartons et autres polystyrènes. »

Christophe Hay

7. Collaboration et éthique

Un environnement de travail serein

On le sait, les métiers de la restauration sont particulièrement éreintants et exigeants, et la pression est constante. Il est d'autant plus essentiel de créer un environnement calme et bienveillant, pour que chacun puisse travailler dans les meilleures conditions :

- **Traitement équitable de tous les employés**
- **Absence de cris, réprimandes, brimades**
- **Horaires réguliers et acceptables**
- **2 jours de repos consécutifs minimum par semaine**
- **Pauses suffisamment longues**
- **Zones de repos aménagées pour les temps de coupure courts**
- **Repas équilibrés et savoureux**

« Nous avons une grosse activité du midi au restaurant, nous avons donc décidé d'équilibrer en proposant une restauration plus légère le soir, des plats qui ne nécessitent pas de longue préparation, ce qui nous permet de commencer à nettoyer plus tôt et de fermer les cuisines à 22h. Le restaurant est fermé le weekend, et chaque employé a une soirée libre par semaine. Pour la pause déjeuner de l'équipe, nous préparons toujours un bon repas, mais ce n'est pas évident de prendre plus de 20 minutes. » - **Manon Fleury**

Juste rémunération des fournisseurs

S'il y a bien une responsabilité qui incombe à l'univers de la gastronomie, c'est celle du maintien d'une agriculture saine, nourricière et régénératrice - pour faire perdurer une « alimentation bonne, propre et juste », comme le préconise le mouvement Slow Food.

Alors que le grand public n'a pas forcément les moyens de s'offrir des légumes de variétés rares et anciennes, des poissons de ligne ou des viandes issues des meilleurs élevages, les restaurants gastronomiques sont, eux, généralement en mesure de mettre le prix. Mieux : ils se doivent de payer justement les produits fournis par des producteurs consciencieux. Ils deviennent alors la locomotive d'un système alimentaire vertueux, voire de la préservation des écosystèmes naturels.

« Ce que je fais dans mes potagers, c'est très précis, très pur, ça va loin avec la nature, et cela coûte forcément beaucoup plus cher que faire du bio industriel. La gastronomie est le seul secteur qui peut soutenir ce genre de travail. C'est avec les chefs que je peux aller toujours plus loin. » - **Dries Delanote**

« Le vrai coût du produit, c'est celui que le producteur a fixé et qu'il juge nécessaire à la pérennité de son entreprise, et à la diversité qu'il produit. J'entends souvent des restaurateurs dire que les clients ne sont pas prêts à payer un menu plus cher et que c'est pour cela qu'ils restent fidèles à leur grossiste. Mais si on se donne la peine d'expliquer qu'un menu est composé de produits sains, locaux, qui font vivre des agriculteurs, les quelques euros supplémentaires passent facilement. » - **Lauriane Durant**

« Quantité des produits que nous utilisons à Magna provient de l'activité des communautés traditionnelles environnantes, Caiçaras et Quilombolas, qui récoltent et collectent tout ce que la nature peut offrir - denrées végétales, animales ou minérales. Leurs modes de vie sont indissociables de la nature. En achetant leurs produits, nous soutenons leurs cultures, leurs modes de vie, et leur travail de valorisation et conservation de la nature. » - **Marco Soares**

E

RETOURS D'EXPÉRIENCE, IDÉES ET INITIATIVES





©Julie Limont

Eric Jacquier

le pêcheur écolo

Né sur les bords du Léman (la plus pure et la plus grande réserve d'eau douce d'Europe), Eric Jacquier en connaît tous les secrets. Ardent défenseur de la nature, il sait déterminer ses zones de pêche, sentir le vent et calculer les déplacements des poissons. Inventeur fécond, il a équipé ses bateaux de viviers (pour ramener les poissons vivants), a mis au point une machine spéciale pour assembler ses immenses filets, et a conçu, outre ses barques traditionnelles, un éco-bateau à propulsion hybride, silencieux et équipé de panneaux photovoltaïques, qui respecte au mieux la faune et la flore aquatiques. Il s'est également penché sur la question du recyclage des filets de pêche, et ses recherches ont trouvé un écho auprès de Trivéo, société d'économie circulaire, sociale et solidaire, qui mutualise des compétences dans le domaine de la transformation des déchets complexes de plastique. Les machines spécifiques élaborées par Eric Jacquier pour la réutilisation des filets ont été rapidement intégrées dans les ateliers de Trivéo, permettant la création d'emplois pour des personnes en réinsertion. À ce jour plus de 150 km de filets ont pu être recyclés.

● <http://www.triveo.fr>

David Royer

des ruches et un jardin d'herbes

« Nous sommes en train de mettre en place plusieurs projets qui nous tiennent à cœur : la pérennisation de notre potager qui devrait fournir la majorité des légumes pour la cuisine ainsi que la mise en place d'un jardin d'aromatiques et autres plantes comestibles juste derrière le restaurant. Il va nous permettre d'approvisionner la cuisine en herbes fraîches mais aussi d'offrir à nos visiteurs la possibilité d'une balade fleurie et multi-sensorielle après leur repas. Nous avons également prévu d'installer une dizaine de ruches au fond du jardin avec l'aide d'un apiculteur, pour inviter les pollinisateurs dans notre potager, stimuler la biodiversité, et montrer aux clients (qui peuvent voir les ruches depuis l'hôtel) que les abeilles sont indispensables à notre environnement et à notre alimentation... »

● <https://www.castelach.fr/le-restaurant/>

Nadia Sammut

et la question du sourcing

« Je travaille à la mise en œuvre d'une plateforme paysanne : un réseau de fournisseurs, agriculteurs, éleveurs et pêcheurs autour duquel se structurent les approvisionnements. L'idée est de mutualiser les besoins de plusieurs établissements amis de la région - restaurants, commerces, cantines - pour optimiser les transports, les trajets et les livraisons. D'ici l'année prochaine, j'espère avoir également créé un petit marché dans ma cour de ferme, pour faire bénéficier les particuliers de ces produits de qualité achetés en direct aux producteurs. L'approvisionnement est l'une des problématiques centrales d'un restaurant, c'est pourquoi j'ai intégré, dans mon modèle économique, outre les postes « jardinage » et « cuisine », un poste « approvisionnement » car ce travail fait partie intégrante de l'expérience que l'on transmet à nos clients : c'est un rôle essentiel pour garantir la fraîcheur et la traçabilité des produits, la collaboration avec les producteurs, la démarche zéro déchet... »

● <http://www.aubergelafeniere.com/la-cuisine-libre>

Hugo Roellinger

et le travail des algues

« Les fonds de volaille, cela a toujours été l'une des colonnes vertébrales de la cuisine française, et notre cuisine, ici, comptait quantité de recettes basées sur des fonds blancs. Mais cela me dérangeait d'utiliser des belles volailles pour en extraire les sucs, sans les manger. Je me suis tourné vers les algues, qui donnent une vaste palette de saveurs et plein d'umami aux bouillons. Aujourd'hui, le bouillon d'algues est la pierre angulaire de notre cuisine. Ce n'est pas pour faire des recettes « japonisantes » : ces algues proviennent de nos côtes, elles font partie intégrante de notre territoire créatif, de la côte cancalaise qui sent l'iode et les embruns. Finalement, le fait de chercher à renforcer le goût de notre territoire, en amplifiant la dimension végétale, potagère et maritime, cela nous a aussi naturellement menés vers une cuisine plus durable. »

● <https://www.maisons-de-bricourt.com/fr/>





Eric Guérin et les silures

« Dans notre région, les pêcheurs d'eau douce capturent fréquemment des silures qu'ils laissent mourir et rejettent dans l'eau, car personne n'en veut. C'est un poisson sauvage qui pullule et se gave d'autres espèces. J'ai appris à travailler ce produit, qui donne de très jolis résultats si on lui accorde de l'attention : 'dos de silure fumé à la tourbe' ou 'quenelles de silure aux orties' sont deux exemples de plats que j'ai créés avec ce poisson. Le prix oscille autour de 4€ le kg, et ça me révolte qu'on le gaspille pour ensuite acheter des poissons qui viennent de très loin, comme le panga dont on nourrit les enfants dans les cantines. »

● <http://www.mareauxoiseaux.fr/restaurant/>

Philippe Hardy l'éveil de la conscience

« Le déclic est survenu pour moi en 1993, en Bulgarie. Le mur venait de tomber, l'Europe de l'Ouest était déjà dans la surconsommation, la surabondance et l'agriculture intensive. J'ai été envoyé au poste de cuisinier à l'Ambassade de France à Sofia, je devais quotidiennement trouver des ingrédients pour les menus de la résidence. Venant de France, ce fut la douche froide : aucune filière en place, une sélection de produits très limitée. Tout était importé. Ce jour-là j'ai pris conscience d'être un privilégié, mais comme rien n'est irréversible, j'ai pris mon bâton de pèlerin, j'ai traversé les campagnes, trouvé des pêcheurs, des paysans maraîchers, des éleveurs, organisé des circuits courts pour l'approvisionnement de l'Ambassade, jusqu'à acheter des carcasses de bœuf entier et les maturer et désosser moi-même. C'est ainsi que j'ai pris conscience de mon rôle, de mon devoir et de mon pouvoir de cuisinier, mais aussi de la place essentielle des producteurs dans notre profession. Sans eux, nous ne sommes rien. L'humain est au cœur de notre métier. »

● <https://lemascaret.fr/>

Armand Arnal le temps du jardin

« Nous travaillons en symbiose avec notre jardin potager, cultivé en permaculture. Il arrive que certaines plantes ne supportent pas la météo. Parfois nous perdons des récoltes, et la cuisine s'en trouve bouleversée. Ce sont des moments difficiles et frustrants. D'une manière générale, travailler en direct avec un potager signifie prendre le temps d'avoir des produits à maturité - prendre le temps, sans être dans l'attente. Prendre conscience de ce que la nature nous offre, et composer avec. »

● <http://www.chassagnette.fr/>

Alessandra Montagne le potager et les restes

« Quand je peux, je vais récolter moi-même mes légumes au potager, cela me permet de prendre contact avec le réel, la nature, l'air et la lumière. Nous travaillons avec Zone Sensible, ferme urbaine en permaculture à Saint-Denis. On peut difficilement faire plus local. Quand le jardinier vient nous livrer, nous lui rendons toutes ses cagettes. Et nous avons installé un bac à compost derrière la cuisine, pour valoriser les déchets organiques. Lorsque j'ai lancé le compost, mon équipe m'a d'abord regardée d'un drôle d'œil, mais il n'a pas fallu longtemps avant que tout le monde s'y mette. Aujourd'hui, je me fais gronder si j'ai le malheur de jeter le marc de café dans la poubelle normale ! Ceci dit, ce serait drôlement bien si la mairie installait des « frigos solidaires publics » dans les rues, pour que les restaurants puissent y mettre leurs restes ou les produits arrivant à DLC... Certains pays ont mis cela en place et cela sert à beaucoup de gens démunis ! »

● <http://www.tempero.fr/>

● Zone Sensible / <https://www.parti-poetique.org/>

Alexandra Mazzia

l'affaire du compost

« Il y a trois ans, nous avons démarré un compost au restaurant. C'est venu très naturellement, avec l'envie de ne rien perdre. Nous travaillons étroitement avec le paysan maraîcher varois Jean-Baptiste Anfosso, qui nous livre la majorité des légumes que nous cuisinons, et nous ne mettons dans le compost que les épluchures de ses produits. Quand il vient nous livrer, il repart avec son compost. C'est un cercle vertueux évident. N'empêche, quand l'inspectrice de l'hygiène a découvert notre compost, elle était horrifiée, nous a dit qu'un truc pareil était interdit dans une cuisine pro, et a menacé de fermer le restaurant si je ne me débarrassais pas de ces 'saletés'. Il a fallu que je raisonne longuement avec elle, que je lui explique que c'était de l'engrais naturel, parfaitement sain. Elle a fini par regarder ailleurs, mais cela montre bien à quel point les normes sanitaires peuvent être en contradiction avec les principes écologiques les plus basiques ! »

● <http://alexandremazzia.com/>

Emmanuelle Marie

marée zéro déchet

« Quand j'ai commencé à faire mes livraisons à Paris, les chefs déballaient caisses et bourriches et balançaient tous les emballages à la poubelle devant moi alors que je venais juste de préparer les colis ! Cela me rendait folle. Peu à peu, j'ai demandé à récupérer les boîtes, au risque de passer pour une pingre. Personne ne percevait le côté écologique de la chose ! Maintenant, tout le monde s'est habitué, et les chefs me gardent même les caisses pour que je les récupère à la prochaine livraison. »

« Reste le problème des coquilles, qui peuvent représenter de gros volumes de déchets : je les donne quand je peux à des gens qui font des travaux, pour boucher les trous dans leur terrain ou renforcer des fondations. Certaines communes organisent pendant les fêtes un ramassage car les coquilles broyées font du très bon engrais. Chaque chef peut se rapprocher de sa commune, mais il n'y a rien pour le moment qui soit réalisé en continu. A Paris, il serait intéressant de soumettre l'idée d'un ramassage car la ville est assez grande pour que cela puisse être réalisé, et que les coquilles d'huîtres ou de Saint-Jacques puissent être revalorisées notamment dans le bâtiment. »

● <https://www.facebook.com/jeromepetitelaure>

Alice Waters

Slow Food et le pouvoir du goût

« J'ai rencontré Carlo Petrini, le Président de Slow Food, il y a 25 ans. A l'époque, mes idées sur le goût et l'alimentation gravitaient autour de Chez Panisse et de la Californie, et je n'avais pas idée qu'il y avait un mouvement international qui portait ces valeurs. M'impliquer dans Slow Food m'a énormément aidé et a validé tout le travail que je faisais. J'étais déterminée à conquérir les gens à travers le goût. Je suis toujours aussi convaincue que toutes les valeurs de la biodiversité et de la durabilité peuvent être transmises par le goût. »

NB : Alice Waters est la Vice-Présidente de Slow Food International

● www.chezpanisse.com/

Hélène Reglain

et ses « légumes-bijoux »

« L'un des chefs que j'approvisionne trouvait mes tarifs un peu élevés au départ, mais il me 'remercie' aujourd'hui de payer mes légumes à ce prix-là, car il a appris à rentabiliser et à valoriser le produit dans son intégralité (fanes, épluchures) et cela lui a apporté d'autres goûts et textures. Mes prix, situés dans une moyenne haute, me permettent de continuer à travailler et contribuent à faire prendre conscience aux chefs de la valeur du produit. L'un des chefs que je fournis appelle même mes légumes 'les bijoux' ! »

« Je crois en l'apprentissage du goût pour éveiller les consciences sur la nécessité de se nourrir mieux. Certains éléments comme les valeurs nutritives ou l'absence de pesticides ne sont ni quantifiables, ni palpables immédiatement par les gens, alors que le goût est quelque chose que les gens peuvent percevoir directement. On sent d'emblée si un produit est plus goûteux qu'un autre. »

<http://lafermedartaud.fr/>



Mauro Colagreco

un sanctuaire de graines en Argentine

« Mon projet actuel est celui de mettre en place en Argentine un « sanctuaire » de conservation des espèces végétales menacées. J'ai pour cela mobilisé pas mal d'amis chefs. La première étape consiste à réaliser une banque de graines, pour ensuite réintroduire ces cultivars chez les populations locales et mettre en valeur les producteurs afin qu'ils soient fiers de leur travail. »

● <http://www.mirazur.fr/>

Virgilio Martinez

Mater Iniciativa au Pérou

« Nous avons lancé Mater Iniciativa il y a 5 ans, afin de répertorier les produits comestibles et traditionnels du Pérou. L'envie de cuisiner des produits locaux a aiguisé notre curiosité pour la biodiversité péruvienne, et celle-ci est immense ! Les produits que nous collectons et répertorions sont riches d'histoires humaines et de données scientifiques précieuses. Avec Mater Iniciativa, nous nous efforçons de donner du sens à la cuisine péruvienne, car si nous voulons que cette cuisine garde son attrait et continue d'évoluer, il faut obligatoirement s'investir en études sur le sujet, formaliser les recherches et être toujours plus curieux pour appréhender toutes les richesses de notre pays. »

● <http://www.materiniciativa.com/english.html>

Grégory Delassus

des idées pour rapprocher producteurs et cuisiniers

« Pourquoi ne pas créer un Meetic de la gastronomie responsable ? : 'Je suis éleveur avec des jolies vaches rousses bio et bien élevées' d'un côté, et de l'autre : 'je suis un chef sensible, engagé et j'aime la bonne viande' ! Ou encore une démarche du type 'Adopte un éleveur' ? »

« Il faudrait par ailleurs assouplir la notion des distances pour la vente directe. Dans mon cas par exemple, la réglementation stipule que je ne peux pas livrer à plus de 80 km de la ferme. Un assouplissement pourrait permettre de renforcer les rapports directs entre les producteurs et les restaurateurs. »

« On peut imaginer des festivals locaux, à l'instar de Mange Lille !, qui valorisent les cuisines de territoire à travers ses acteurs, chefs et producteurs, et qui privilégient les produits locaux, respectueux du sol, de la vie et de la biodiversité. A travers son grand marché et ses divers événements gastronomiques et collaboratifs, le festival Mange Lille ! m'a permis de consolider mon réseau, mon travail et ma relation avec les cuisiniers régionaux. »

● <http://fermedubeaupays.com/>

Lorenzo Loseto

une agriculture vraiment durable ?

La plupart d'entre nous considère l'agriculture durable comme une solution, mais nous devons tout de même nous demander si l'agriculture durable telle que nous l'identifions est réellement durable. J'aime l'idée d'une petite ferme qui cultive des légumes ou élève des animaux dans le respect de la nature, pour nourrir une petite partie de la population locale. C'est formidable pour un chef comme moi ou pour les quelques privilégiés qui y ont accès, mais la plupart des gens n'ont pas les moyens de s'acheter du fromage à 60 dollars le kilo. La véritable durabilité doit aussi nourrir les masses.

● <https://georgeonqueen.com/>

Christopher Coutanceau

chef militant pour l'océan

« Notre priorité, c'est de continuer notre combat, de protéger les espèces marines en voie de disparition, et de nous mobiliser contre les autres types de menaces subies par la mer, telles que la pollution, la surpêche, etc. En janvier 2018, avec l'association Bloom, nous avons fait signer une tribune contre la pêche électrique à plus de 300 chefs dans 21 pays. Aujourd'hui, je voudrais sensibiliser mes pairs à la pêche sur frayère, en pleine période de reproduction des maigres, bars, soles... On constate que les mesures qui ont été prises pour limiter la pêche du thon rouge ont eu des résultats extraordinaires sur le repeuplement de l'espèce. Il faut respecter les périodes de repos biologique et de reproduction. C'est un travail de titan, on se heurte à des lobbys et à des politiques corrompues. Mais maintenant que la pêche électrique a été interdite, nous pouvons nous consacrer aux prochaines questions. »

● <https://www.coutanceaularochelle.com/>

Lauriane Durant

la redistribution des primes agricoles

« Aujourd'hui, chaque Français paye en moyenne 500€ par an de taxe de dépollution et de frais de santé dus à la consommation de produits provenant de l'agriculture dite conventionnelle, très gourmande en pétrole. Agriculture qui survit par ponction de primes de l'état comme la fameuse prime PAC - prime à la terre : plus l'agriculteur possède de terre plus il a de primes, ce qui engendre une course à l'accession sans réflexion de l'utilisation ni de la répartition juste de ces parcelles. Alors que si nous cessions les primes aux pollueurs, ce seraient les produits bio de fermes agroécologiques qui deviendraient les plus compétitifs. A l'acheteur et au cuisinier de choisir quel système il souhaite soutenir, mais il suffirait de quelques uns pour inverser la tendance. »

● <https://www.ferme-vieux-poirier.fr/>





F

CONTACTS, LIENS ET RESSOURCES

FOURNISSEURS / ÉQUIPEMENTS

Boîtes et contenants en polypropylène 100% recyclables, utiles notamment pour les livraisons de poisson et viande
<https://www.karton.it/en>

Gants à usage unique biodégradables
<https://www.showagloves.com/showa>

Films plastiques et poches à douilles compostables
<http://www.biobag-france.com>

Coupelles et ustensiles jetables en feuilles de palme, 100% compostable et non toxique
<https://www.verterra.com/>

Produits ménagers et services de nettoyage
<https://www.ecover.com/fr/> • <https://wmpof.com/fr/fr/home.html> • <https://bioveba.com/>

Machines de laverie à économie d'eau
<http://www.hobart.fr/>

PRESTATAIRES

Collecte et compostage des biodéchets
<https://www.moulinot.fr/site/> • <https://alchimistes.co/> • <https://www.vepluche.fr/>

Collecte des huiles usagées
<https://www.oleovia.fr/>

Fournisseur d'énergie qui supporte des coopératives locales et/ou des réseaux d'énergie renouvelable
<https://www.enercoop.fr/> • <https://groupevaleco.com>

Annuaire officiel des opérateurs notifiés en agriculture biologique
<http://annuaire.agencebio.org/>

Fournisseurs parisiens de produits paysans :
Terroirs d'avenir : <http://www.terroirs-avenir.fr/>

CHARTES, LABELS ET FORMATIONS

Alliance des cuisiniers Slow Food
<https://slowfood.fr/alliance-cuisiniers-reseau-slow-food-restaurants-produits-locaux-alimentation-biodiversite/>

Collège Culinaire de France
www.collegeculinairedefrance.com
www.restaurantdequalite.fr/ecole-hotelieres-et-cuisine-charte-de-saisonnalite

Mouvement Slow Food
<https://www.slowfood.com/fr/>

Groupe français des indépendants de la restauration, hôtellerie et traiteurs
<https://www.synhorcat.com>

Label Ecocert
<http://www.ecocert.fr>

Label Ecocert en cuisine (restauration collective)
<http://labelbiocantine.com/>

Label Framheim (anti-gaspi)
<https://www.framheim.fr/les-restos-engages>

Association Ecotable
<https://ecotable.fr/fr>

Charte Bon pour le Climat
<http://www.bonpourleclimat.org/wp-content/uploads/2015/05/Charte-Restaurant-Bon-pour-le-climat-2017.pdf>

F CONTACTS, LIENS ET RESSOURCES

Calculateur d'empreinte carbone

<http://www.bonpourleclimat.org/calcul-empreinte-carbone/>

Guide de restaurants durables

<https://www.linfodurable.fr/conso/ou-et-comment-trouver-un-restaurant-eco-responsable-9429> ● <https://www.placetobio.fr>

Manifeste Relais & Châteaux

https://static.relaischateaux.com/data/editorial/home/manifeste/confidentiel_relais-chateaux_manifeste.pdf

Pour bien choisir ses poissons et s'informer

<https://www.mrgoodfish.com/> ● <https://www.ethic-ocean.org/> ● <http://www.bloomassociation.org>

Ecocook, programme de certification pour restaurant engagé

<http://www.ecocook.com>

Etiquet'table, appli collaborative de cuisine durable

<https://etiquettable.eco2initiative.com/>

Formations en constructions durables

<https://www.mooc-batiment-durable.fr/>

Formation ADEME vers la performance environnementale des produits alimentaires

<https://www.fun-mooc.fr/courses/course-v1:ademe+135002+session01/about>

LÉGISLATIONS ET NORMES

Loi Agriculture et Alimentation (EGALIM)

<https://www.legifrance.gouv.fr/affichTexte.do?cidTexte=JORFTEXT000037547946&dateTexte=20190301>

Règlement européen relatif à l'hygiène des denrées alimentaires

<https://eur-lex.europa.eu/legal-content/FR/TXT/PDF/?uri=CELEX:32004R0852&from=FR>

Amendements

<https://eur-lex.europa.eu/LexUriServ/LexUriServ.do?uri=OJ:L:2004:226:0003:0021:FR:PDF>

Normes sanitaires

<http://www.haccp-guide.fr/>

ÉTUDES ET ANALYSES

Rapport WWF pour une alimentation bas carbone, saine et abordable

https://www.wwf.fr/sites/default/files/doc-2017-11/171109_rapport_vers_une_alimentation_bas_carbone_saine_abordable.pdf

Etude « Impact carbone et qualité nutritionnelle de l'alimentation en France » (2013)

<https://agriculture.gouv.fr/impact-carbone-et-qualite-nutritionnelle-de-l'alimentation-en-france>

Réseau action climat / agriculture et alimentation

<https://reseauactionclimat.org/thematiques/alimentation/>

Guide ADEME « Manger mieux, gaspiller moins, pour une alimentation saine et durable »

<https://www.ademe.fr/sites/default/files/assets/documents/guide-pratique-manger-mieux-gaspiller-moins.pdf>

Guide ADEME « pour une restauration événementielle durable »

https://www.ademe.fr/sites/default/files/assets/documents/ademe_restaurant_evenementielle_planche_bd_010339_002.pdf

Etude sur l'empreinte énergétique et carbone de l'alimentation en France

http://www2.centre-cired.fr/IMG/pdf/empreinte-carbone_alimentation_france_vf.pdf

Rapport de la FAO sur la biodiversité alimentaire :

« The State of the World's biodiversity for food and agriculture » (février 2019)

<http://www.fao.org/3/CA3129EN/CA3129EN.pdf>

Résumé du rapport FAO ci-dessus :

<http://www.fao.org/news/story/fr/item/1181464/icode/>

Océan, climat, plastique

<https://www.nomoreplastic.co/>

<http://www.bloomassociation.org/wp-content/uploads/2015/11/Le-petit-guide-Oc%C3%A9an-Climat.pdf>

Scénario Afterres Solagro
<https://afterres2050.solagro.org>

Le Recho, exemple de restauration exemplaire
<https://www.lerecho.org/>

ENGLISH REFERENCES

Carbon foot-print calculator
<http://www.foodemissions.com/foodemissions/Calculator.aspx>

Sustainable restaurant association and awards
<https://thesra.org>

Step-by-step guide to phasing out disposables (PDF can be downloaded)
<https://thesra.org/campaign/plastics/>

Ecocook, sustainable restaurant certification program
<http://www.ecocook.com/en/>

European laws regarding hygiene in the food industry
<https://eur-lex.europa.eu/legal-content/EN/TXT/PDF/?uri=CELEX:32004R0852&from=FR>

Drawdown, the most comprehensive plan ever proposed to reverse global warming
<https://www.drawdown.org>

Food in the Anthropocene: the EAT- LANCET commission on healthy diets from sustainable food systems
[https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736\(18\)31788-4/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736(18)31788-4/fulltext)

LIVRES

« Manger et cuisiner éco-responsable »
François Pasteau, Hachette Cuisine 2017

« Manger est un acte citoyen »
Alain Ducasse et Christian Regouby, Les liens qui libèrent, 2017

« L'art de la cuisine simple »
Alice Waters, Actes Sud, 2018

« The Art of Simple Food »,
Alice Waters, Clarkson Potter, 2007

« Le grand guide Slow Food des produits du terroir français »
Plume de Carotte, 2018

« Les Semences en question »
Catherine Flohic, Ateliers de l'Argol, 2018

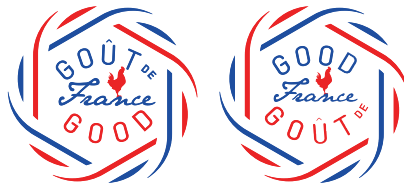
« L'Océan est notre avenir »
Fanny Agostini, Ed Gaillard,
<http://www.bloomassociation.org/wp-content/uploads/2015/11/Le-petit-guide-Oc%C3%A9an-Climat.pdf>

« La microferme agroécologique »
Lauriane et Charles Durant, Terran, 2019

« A la recherche du pain vivant »
Roland Feuillas, Actes Sud, 2017



#GoutDeFrance #GoodFrance



goodfrance.com



Facebook : @projetgoodfrance • Instagram : good_france • Twitter : good_france

PRESSE : Myriam ZIAD - ziadmyriam@gmail.com - +33 (0)6 68 33 06 70

COORDINATION PROJET : Valérie D'ARC - valerie@festinconseil.com +33 (0)6 48 83 84 82

MINISTÈRE DE L'EUROPE ET DES AFFAIRES ÉTRANGÈRES :

Clément LALOUX - Chef de la mission de la promotion du tourisme
clement.laloux@diplomatie.gouv.fr +33 (0)1 43 17 44 16

Camille ELBER - Cheffe de projet promotion de la gastronomie
camille.elber@diplomatie.gouv.fr +33 (0)6 99 86 94 97

Aymeric MENARD - Chef de pôle promotion et communication
aymeric.menard@diplomatie.gouv.fr +33 (0)6 15 30 65 13

