



Information - Février 2024



# FORMATION CUISINE avec LA SCIC NOURRIR L'AVENIR

Dans le cadre du **Projet Alimentaire Territorial de Saintonge Romane**, la Communauté de Communes Cœur de Saintonge a organisé deux formations à destination des agents des cantines ont eu lieu le 24 janvier et 14 février dernier. Grâce à **Hervé Mouchard**, chef cuisinier, et **Aline Pons**, diététicienne nutritionniste, du **Collectif Les Pieds dans le Plat**, les agents ont pu acquérir de nouvelles connaissances et compétences autour de la cuisine "fait maison" et végétarienne. Via les ateliers proposés, il s'agissait également de mieux comprendre en quoi **la restauration collective est un levier pour répondre aux enjeux sociétaux et environnementaux**.

**2ÈME JOURNÉE** Cantine de Trizay 14 février 2024  
« LA CUISINE VÉGÉTARIENNE »  
Focus sur ur les différentes sources de protéines végétales

**1ÈRE JOURNÉE** Cantine des Essards 24 janvier 2024  
« LA RESTAURATION COLLECTIVE, UN LEVIER POUR RÉPONDRE AUX ENJEUX DE SANTÉ SANITAIRE, ENVIRONNEMENTALE ET CLIMATIQUE »  
Focus sur le fait maison et les produits issus d'une agriculture biologique

## Développer ses connaissances et ses compétences

- Quizz sur les enjeux d'une alimentation saine et durable
- Zoom sur les produits ultra-transformés : Plonger dans l'univers de l'industrie agroalimentaire
- Préparation d'une douzaine de recettes par binôme : Potage minestrone umami, moelleux chocolat courge, flan pâtissier aux noix et pommes, îles flottantes au sarrasin, guacamole de brocoli, ...



## Développer ses connaissances et ses compétences

- Atelier sur l'équilibre alimentaire
- Réflexion collégiale autour d'un repas sans viande
- Préparation d'une douzaine de recettes par binôme : Houmous de carottes, velouté de butternut lentille corail, polenzia (la polenta pizza), mayonnaise sans œufs, salade asiatique, dahl lentilles et curry de légumes, crumble orange, granola de Kasha, crème rapadura, ...



## Dynamique collective

Ces deux journées de formations ont également permis aux agents de cantine de Balanzac, de Geay, des Essards, de Nancras, de Port d'Envaux, de Romegoux, de Saint Sulpice d'Arnoult, de Souligonnes et de Trizay de **mieux se connaître**, de **créer du lien** et de **s'échanger de bonnes pratiques**.

Enfin, place à la dégustation ! Les élus étaient invités à venir apprécier les délicieux plats préparés durant la matinée.



**Communauté de Communes Cœur de Saintonge**  
Laurène Loutre - Chargée Mission PAT  
06 62 78 68 10 - loutre@coeurdesaintonge.fr