



Bulletin du projet « Alimentation institutionnelle responsable » - Février 2007

Dans ce numéro :

1. Des bouchées biologiques et locales en dégustation à l'école secondaire Monseigneur-Euclide-Théberge de Marieville
2. Commission sur l'avenir de l'agriculture et de l'agroalimentaire québécois (CAAAQ): Signez le « Manifeste des citoyens-mangeurs du Québec »
3. Des outils pour des alternatives en transport dans vos institutions
4. Élections québécoises 2007: Un débat public sur les grands enjeux environnementaux, aujourd'hui à Montréal
5. Le projet « Alimentation institutionnelle responsable » dans les médias
6. Le saviez-vous ?
 - Le système alimentaire contribue aux changements climatiques
 - L'agriculture biologique fait ses preuves
 - Responsabilité en cas de contaminations par des OGM : le Canada refuse des règles contraignantes
7. Légume vedette : le céleri-rave !

1. Des bouchées biologiques et locales en dégustation à l'école secondaire Monseigneur-Euclide-Théberge de Marieville

La semaine du 12 mars, l'école secondaire Monseigneur-Euclide-Théberge de Marieville et la coopérative de solidarité *Les horizons*, gestionnaire de la cafétéria, vont délicieusement souligner le mois de la nutrition en tenant des kiosques de dégustation destinés aux élèves et au personnel.

Pour l'occasion, l'équipe d'Alimentation institutionnelle responsable d'*Équiterre* fera goûter des petites bouchées faites avec des légumes hivernaux provenant de la ferme *Cadet-Roussel*, une ferme biologique et locale qui fait partie du réseau d'Agriculture soutenue par la communauté. La nourriture sera concoctée en collaboration avec des jeunes participant aux ateliers culinaires de l'école.

Au menu : topinambours gratinés au fromage, crêpes fourrées à la rémoulade de céleri-rave et décorées de jeunes pousses de sarrasin, et gâteau à la courge musquée. Mmm! Quel régal!

2. Commission sur l'avenir de l'agriculture et de l'agroalimentaire québécois (CAAAQ) : signez le « Manifeste des citoyens-mangeurs du Québec »



Un outil simple pour faire entendre votre voix !

Équiterre vous invite à vous faire entendre sur les thèmes de l'agriculture et l'agroalimentaire québécois durant les travaux de la CAAAQ en signant le « Manifeste des citoyens-mangeurs du Québec ».

Comment ? C'est simple :

- Allez sur le site d'Équiterre au www.equiterre.qc.ca/agriculture/caaaq.
- Prenez quelques minutes pour lire le « Manifeste des citoyens-mangeurs du Québec ».
- Bonifiez-le de vos commentaires si vous le désirez.
- Faites-le parvenir à la CAAAQ en appuyant sur « envoyer mon message ».
- Participez afin que soit entendue la voix citoyenne. **Un petit geste simple aux répercussions importantes !** Profitez-en et passez-le mot !

Vous souhaitez aller plus loin ? Exprimez-vous aux audiences publiques !

- Dans le cadre de la Commission, des audiences publiques ont lieu dans chacune des villes qu'elle visite (26 villes et 15 régions).
- Pour se présenter aux audiences, la rédaction d'un mémoire n'est pas nécessaire. Les organismes et individus qui ont déposé un mémoire sont aussi invités à le présenter aux commissaires. Dans les 2 cas, les participants sont invités à s'inscrire à l'avance.
- Les audiences ont déjà eu lieu dans la région de la Mauricie et du Centre du Québec. En raison de la campagne électorale québécoise, la Commission suspend sa tournée régionale de consultations publiques du 23 février au 26 mars inclusivement. Les audiences publiques reprendront le 27 mars dans la région de la Chaudière-Appalaches :
 - 27 mars à Saint-Joseph-de-Beauce, 28 mars à Saint-Agapit, 29 mars à Montmagny, 4 avril à Joliette dans Lanaudière.
 - Nous vous tiendrons au courant des dates subséquentes.
 - Les audiences nationales se tiendront à Québec le 27 août et à Montréal le 10 septembre.
 - Pour consulter le calendrier de la tournée de consultations publiques: <http://www.caaaq.gouv.qc.ca/consultations/audiences.fr.html>.

Assistez à des tables rondes thématiques

- La Commission organise également des tables rondes pour discuter des enjeux entourant l'agriculture et l'agroalimentaire québécois. Le public est invité à y assister.
- Pour connaître les thèmes, les dates et les lieux des tables rondes: <http://www.caaaq.gouv.qc.ca/consultations/tables-rondes.fr.html>
- La prochaine table ronde a lieu à Joliette le 5 avril sur le thème de la protection de l'environnement : les approches à privilégier.

Vous avez manqué les audiences et les tables rondes ?

- Elles sont diffusées en direct, en format audio, sur le site Internet de la CAAAQ: <http://www.caaag.qouv.qc.ca/index.fr.html>

Tout au long des travaux de la Commission, vous pouvez faire part de vos commentaires en envoyant un courriel au : info@caaaq.qouv.qc.ca

Exprimez-vous, c'est un rendez-vous rare et unique, à ne pas manquer !

Commandée par le ministère de l'Agriculture, des Pêcheries et de l'Alimentation, la CAAAQ vise à faire le point sur les enjeux et les défis auxquels sont confrontés les secteurs de l'agriculture et de l'agroalimentaire québécois. Pour alimenter la réflexion, la Commission a publié un document de consultation qui brosse un tableau de la situation de l'agriculture et de l'agroalimentaire québécois, disponible au : <http://www.caaag.qc.ca/consultations/documentcons.fr.html>

3. Des outils pour des alternatives en transport dans vos institutions



Vous voulez que votre institution se démarque en matière de transport alternatif ? Voici quelques références et outils qui vous guideront dans votre démarche.

Outils de sensibilisation et d'action rattachés aux enjeux de transport pour les jeunes:

- Pour les écoles primaires: la campagne *Mon école à pied, à vélo* de Vélo Québec: <http://www.velo.qc.ca/monecole/>
- Pour les écoles secondaires et les Cégeps: l'organisme Enjeu <http://www.enjeu.qc.ca>

Outils de sensibilisation et d'action sur les alternatives en transport:

- Des fiches thématiques sur les enjeux en transport: <http://www.equiterre.org/transport/informer.php>
- Des trucs pratiques pour se déplacer autrement: <http://www.equiterre.org/transport/trucs/index.php>
- La trousse Cocktail transport: <http://www.equiterre.qc.ca/transport/transportez/trousseCocktail.php>

Pour toute question, vous pouvez communiquer avec Marilène Bergeron au (514) 522-2000, poste 238.

4. Élections québécoises 2007: Un débat public sur les grands enjeux environnementaux, aujourd'hui à Montréal

Dans le cadre des élections provinciales, les groupes écologistes du Québec organisent, aujourd'hui, le 7 mars, un débat public sur les grands enjeux environnementaux du prochain mandat gouvernemental. Ce débat aura lieu de 19h00 à 21h15, à la Tohu, la Cité des arts du cirque, 2345, rue Jarry est, à Montréal.

Équiterre diffusera d'ici la semaine prochaine une analyse environnementale des plateformes des principaux partis. Surveillez le site Internet d'Équiterre : www.equiterre.org

5. Le projet « Alimentation institutionnelle responsable » dans les médias

- *La Terre de chez nous*, « Hôpitaux bios », 1^{er} février 2007.
- Site Internet de la Centrale des syndicats du Québec et des Établissements Verts Brundtland, *EVB express*, « Nouveau projet d'Équiterre », 7 février 2007.
- *Sélection Reader's Digest*, « Des cantines bios dans les écoles? », 15 février 2007.
- Radio CKLM à Toronto, entrevue par Nadine Bachand, 19 février 2007.

6. Le saviez-vous ?

Le système alimentaire contribue aux changements climatiques

Les centaines de scientifiques composant le Groupe d'experts intergouvernemental sur l'évolution du climat (GIEC) s'entendent sur le fait que ce sont les activités humaines qui sont responsables de l'augmentation des émissions de gaz à effet de serre. Le principal gaz à effet de serre incriminé est le dioxyde de carbone (CO₂), issu principalement de l'utilisation des combustibles fossiles.

Au Canada, on considère que le secteur agricole en tant que tel est responsable d'environ 1% des émissions totales de CO₂. Cette faible production est à remettre en perspective puisque l'utilisation du carburant pour les tracteurs, pour le chauffage, le séchage et le transport routier des fertilisants, des pesticides, et de la nourriture pour animaux et pour la transformation agroalimentaire sont comptabilisés dans les secteurs du transport et de l'industrie. De plus, le secteur agricole exclut le dioxyde de carbone lié au transport, à la distribution, à l'exportation et à l'importation des denrées alimentaires.

L'utilisation de quantités importantes de pesticides et de fertilisants et une distribution des aliments sur de très grandes distances contribuent directement à l'augmentation des émissions de dioxyde de carbone. Il est donc nécessaire de revoir notre façon de concevoir notre agriculture et nos circuits de commercialisation des denrées alimentaires. Une agriculture de proximité et l'adoption de pratiques agricoles respectueuses de l'environnement permettraient de réduire la quantité de gaz à effet de serre émis dans l'atmosphère. L'agriculture biologique, par exemple, offre des sols qui captent plus de gaz à effet de serre en emprisonnant du carbone dans le sol. L'augmentation de la part des aliments produits par des agriculteurs locaux et destinés à la consommation locale permettrait aussi de lutter contre les changements climatiques.

Source : Stéphane Groleau, « L'agriculture a des gaz! » Bio-bulle, no 74, janvier/février 2007, p.16-17.

L'agriculture biologique fait ses preuves

Des rendements qui s'équivalent

À court terme, en période de transition, l'agriculture biologique offre souvent un rendement plus faible que l'agriculture conventionnelle. Par contre, par la suite, avec l'amélioration de la qualité du sol et de la vie qui l'habite, les rendements augmentent et rejoignent souvent ceux de l'agriculture conventionnelle.

Bill Liebhardt, un spécialiste d'agriculture durable à l'Université de Californie à Davis a compilé diverses études comparatives effectuées aux États-Unis sur les rendements du maïs, du soya, du blé et des tomates, en production biologique et conventionnelle. L'étude est disponible sur le site de l'*Organic Farming Research Foundation* au www.ofrf.org.

Voici les résultats de ses recherches :

- Pour le maïs, sur un total de 69 saisons, les rendements en culture bio ont représenté 94% des rendements en culture conventionnelle.
- Pour ce qui est du soya, sur un total de 55 saisons, les rendements du soya biologique représentaient 94% des rendements du soya conventionnel.
- Dans le cas du blé, des recherches ont démontré que le blé bio offre 97% des rendements du blé conventionnel.
- Pour les tomates, 14 années de recherche comparative ont démontré qu'il n'y avait pas de différence de rendement entre la culture biologique et la culture conventionnelle.
- Enfin, la production biologique, grâce à une meilleure qualité de la matière organique dans le sol, est souvent plus apte à faire face aux sécheresses et autres aléas de mère nature.

Un meilleur rendement par unité d'énergie

De plus, l'agriculture biologique offre un meilleur rendement par unité d'énergie. L'institut de recherche de l'agriculture biologique de Suisse a commencé en 1978 une étude à long terme afin de comparer l'efficacité des systèmes de l'agriculture biologique à ceux de l'agriculture conventionnelle. Le calcul de l'efficacité consiste à convertir en énergie tous les facteurs qui contribuent à produire une unité de produit récolté. Il faut donc tenir compte de l'énergie utilisée telle quelle (carburant) mais aussi de celle qui est utilisée de façon indirecte pour fabriquer les infrastructures, les machines, les produits phytosanitaires, les pesticides et les engrais. Voici les résultats de cette étude en cours depuis 27 ans :

- Si l'on considère la consommation d'énergie par unité de produit récolté, les cultures biologiques ont besoin de 19% moins d'énergie que les cultures conventionnelles.
- Si l'on considère la consommation d'énergie par hectare cultivé, l'agriculture biologique nécessite 30 à 50% moins d'énergie fossile par hectare.
- L'agriculture biologique utilise aussi près de 30% moins d'eau.

Sources : Liebhardt, Bill, « Get the facts straight: Organic agriculture yields are good », *Organic Farming Research Foundation*, Information bulletin #10, 2001, p. 1-5. Disponible au www.ofrf.org.
Gendreau-Turmel, Antoine, « L'agriculture biologique fait ses preuves, Petite synthèse des avantages « scientifiquement prouvés » de l'agriculture bio », *Centre d'agriculture biologique du Québec*. www.cab.qc.ca.

Urs Niggli, Paul Mäder et Andreas Fliessbach, « L'agriculture biologique fait du bien aux sols », *La revue Durable*, novembre-décembre 2002, numéro 2, p. 39-43.

Responsabilité en cas de contamination par des organismes génétiquement modifiés (OGM) : le Canada refuse des règles contraignantes

Dans le cadre du Protocole de Cartagena sur la prévention des risques biotechnologiques, une conférence internationale a eu lieu en février, à Montréal. Elle avait pour but d'élaborer un cadre de responsabilité civile pour permettre aux tribunaux nationaux et internationaux d'établir la responsabilité des multinationales et des acteurs locaux lorsque des semences et des espèces naturelles sont contaminées par des produits génétiquement modifiés. Ce cadre est déjà prévu dans le Protocole qui a été ratifié par 139 pays, sauf le Canada et les Etats-Unis, et qui est entré en vigueur le 11 septembre 2003.

Le Canada, qui a participé à la rencontre à titre d'observateur, a remis en cause la pertinence d'un tel moyen juridique et a fait comprendre qu'il ne veut pas d'un cadre de responsabilité stricte et obligatoire. Étant un des 4 principaux producteurs d'OGM au monde, le Canada ne veut pas payer pour les dommages causés par les OGM. Cent quarante-deux (142) cas de contamination par des OGM ont déjà été répertoriés dans le monde.

Source : Louis-Gilles Francoeur, « OGM : le Canada ne veut pas payer pour les dommages », Le Devoir, 21 février 2007. Pour en savoir plus sur le Protocole de Cartagena : <http://www.biodiv.org/biosafety/default.aspx?lg=2>

7. Légume vedette : le céleri-rave!



Origine

Le céleri-rave, développé au XVI^e siècle, tire son origine de la même espèce que le céleri feuille et le céleri tige. Le céleri-rave est un aliment prédominant dans le régime alimentaire en Europe centrale, orientale et septentrionale, mais il est peu connu en Amérique du Nord.

Photo: www.aujardindedgar.fr

Valeur nutritive

Aux 100 grammes, le céleri-rave contient 1,5g de protéines, 0,3g de matières grasses, 9,2g de glucides et 40 calories. Il recèle aussi du phosphore, du potassium, du calcium, du magnésium, du bore, du cuivre, du fer, de l'iode et du manganèse. De plus, on le dit antirhumatismal, apéritif, digestif, diurétique, rafraîchissant, tonique et re-minéralisant.

Conservation

Le céleri-rave se conserve plusieurs mois en chambre froide et plusieurs semaines au réfrigérateur.

Consommation

On peut le consommer cuit, en potage, en gratin, en ragoût, et cru, en rémoulade. Voici quelques suggestions de recettes!

Source : Yves Gagnon, 1998, *La culture écologique des plantes légumières*, Québec : Les Éditions Colloïdales, p.188.

Recettes

Crêpe de céleri-rave à la vinaigrette

La farce:

- 5 ml (1 c. à thé) d'huile de maïs
- 250 ml (1 tasse) de céleri-rave, coupé en juliennes, cuit à l'eau ou à la vapeur
- 125 ml (1/2 tasse) de juliennes de carottes, cuites
- 125 ml (1/2 tasse) de juliennes de poireau, cuites
- 25 ml (2 c. à table) de feuilles de céleri ou coriandre, hachées
- 40 ml (1/6 de tasse) de sauce de type mayonnaise légère
- 15 ml (1 c. à table) de jus de citron
- 4 bouquets de persil (décoration)
- 5 ml (1 c. à thé) de poivre (décoration)

La pâte à crêpe:

- 1 petit oeuf
- 250 ml (1 tasse) de lait 1%
- 150 ml (2/3 de tasse) de farine
- 1 pincée de sel

Dans un bol, mélanger les ingrédients de la pâte à crêpe. Dans une poêle chaude, légèrement huilée, préparer 4 fines crêpes avec environ 50 ml (1/4 de tasse) de mélange pour chaque crêpe. Réserver. Dans un autre bol, mélanger le céleri-rave, les carottes et le poireau. Farcir les crêpes de ce mélange et rouler en forme de cylindre, réserver. Dans un autre bol, mélanger les feuilles de céleri, la mayonnaise et le jus de citron. Couper les crêpes en deux et les disposer dans des assiettes. Napper de sauce et décorer de persil et de poivre.

Source: www.lesjardinsdupetittrouble.com

Céleri-rave en rémoulade

- 1 gros céleri-rave épluché et râpé
- 1 jaune d'oeuf
- 1 c. à soupe de moutarde
- 3 gousses d'ail émincées
- Jus de 1 citron
- 1/2 tasse d'huile d'olive
- 1 c. à soupe de persil
- Sel et poivre
- Feuilles de laitue

Mettre le céleri-rave dans un bol avec le jus de citron. Mélanger le jaune d'oeuf, la moutarde, l'ail, 1 c. à soupe de jus de citron, le sel et le poivre. Ajouter l'huile en un mince filet en fouettant continuellement. Verser sur le céleri-rave et mélanger. Ajouter le persil et servir sur des feuilles de laitue. Variante : on peut ajouter des câpres hachées au goût.

Source: www.lesjardinsdupetittrouble.com

Céleri-rave en rémoulade

2 céleris-raves pelés et coupés en juliennes ou râpés
2 c. à soupe de jus de citron
1 jaune d'œuf
1 c. à soupe de moutarde de Dijon
¼ de tasse d'huile d'olive
½ c. à soupe de vinaigre à l'estragon (ou autre)
Sel et poivre

Blanchir le céleri-rave pendant 1 minute, puis le laisser égoutter. Le déposer dans un saladier, l'arroser de jus de citron, bien remuer, réfrigérer au moins deux heures. Mélanger le jaune d'œuf et la moutarde. Ajouter l'huile d'olive en filet en battant au mélangeur, puis ajouter le vinaigre, le sel et le poivre en continuant de monter la mayonnaise jusqu'à consistance ferme. Au moment de servir, mélanger la mayonnaise et le céleri-rave.

Source : Jardin des anges : <http://www.jardindesanges.com/repertoire/repertoire.html>

Salade de fenouil et de céleri-rave à la pomme

Bulbe de fenouil coupé en julienne
Céleri-rave coupé en julienne
Pommes coupées en julienne
Huile d'olive
Vinaigre balsamique
Sel et poivre

Incorporer tous les ingrédients dans un grand bol et mélanger délicatement.

Céleri-rave rôti à l'ail

1 gros céleri-rave
2 c. à soupe d'huile d'olive
1 grosse tête d'ail
2 c. à table de persil plat frais haché
4 c. à table de yogourt nature

Préchauffer le four à 350°F. Peler le céleri-rave et couper le en cubes de 3cm. Enduire les cubes d'huile d'olive et les disposer sur une plaque de four recouverte de papier parchemin. Ajouter la tête d'ail entière sans l'éplucher et faire cuire le tout 1 heure ou jusqu'à ce que le céleri-rave soit tendre et doré. Retourner le de temps en temps. Couper la tête d'ail en deux, horizontalement, et presser la pulpe sur le céleri. Parsemer de persil haché et mélanger. Accompagner le tout avec du yogourt.

Source : Ferme de la Berceuse, *Recueil de recettes*, Les Éditions La Berceuse, p.11.

Frites ou chips de céleri-rave

On peut également faire des frites ou des chips de céleri-rave. Il suffit de faire frire le céleri-rave coupé en bâtonnet ou en fines lamelles dans de l'huile. Saler et épicer au goût. Suggestions : assaisonner avec du curry ou du paprika.

Salade de céleri-rave et carotte au cumin

Céleri-rave râpé
Carotte râpée
Raisins secs
Noix de Grenoble grillées (facultatif)
Graines de tournesol grillées (facultatif)
Huile d'olive
Jus de citron
Un peu de yogurt
Gingembre frais râpé
Un peu de cumin
Sel et poivre

Incorporer tous les ingrédients dans un grand bol et mélanger délicatement.

Céleri-rave caramélisé et noix rôties

¼ de tasse de noix hachées
2 c. à soupe de beurre
1 oignon haché
4 tasses de céleris-raves pelés et coupés en julienne
2 c. à soupe de persil haché
3 c. à soupe d'eau
Sel et poivre
Vinaigre balsamique au goût

Faire rôtir les noix dans une poêle 2 à 3 minutes. Retirer et réserver. Fondre le beurre dans une poêle et faire dorer l'oignon 5 minutes. Ajouter le céleri-rave et faire cuire environ 8 minutes. Ajouter le persil et l'eau. Couvrir et faire cuire jusqu'à ce que le céleri-rave soit tendre et caramélisé. Saler et poivrer. Garnir de noix et arroser de quelques gouttes de vinaigre balsamique.

Source : Jardin des anges : <http://www.jardindesanges.com/repertoire/repertoire.html>

Nadine Bachand
Chargée de projets
Équiterre

Téléphone: (514) 522-2000, poste 226

Theresia Breu
Agente d'information et de logistique

Télécopieur: (514) 522-1227

Équiterre contribue à bâtir un mouvement citoyen en prônant des choix individuels et collectifs à la fois écologiques et socialement équitables.

Le projet Garderie bio est rendu possible grâce au soutien financier de la Fondation du Grand Montréal.



Fondation du Grand Montréal



FONDS D'ACTION
QUÉBÉCOIS POUR LE
DÉVELOPPEMENT DURABLE

Partenaire financier

Québec

Le projet Alimentation institutionnelle responsable (A.I.R.) est rendu possible grâce à une contribution du Fonds d'action québécois pour le développement durable et de son partenaire financier le gouvernement du Québec.