

PRODUITS LOCAUX & SAISONNALITE

L'utilisation de produits locaux et le respect de la saisonnalité constituent deux fondements incontournables de l'alimentation durable. Largement mis en avant dans les médias et les campagnes de sensibilisation, ces principes répondent désormais à **une priorité des consommateurs**. Ils permettent également de **se distinguer de l'offre conventionnelle** et de **diversifier les assiettes tout au long de l'année**.

❖ POURQUOI SE LANCER?

- Pour diminuer les **coûts d'approvisionnement**
Les prix au kilo des légumes de saison sont en moyenne moins chers (voir tableau ci-dessous)
- Pour travailler des produits **savoureux**, mûris au soleil et cueillis à maturité
- Pour offrir des **menus variés** au fil des saisons
- Pour répondre à la **demande de la clientèle**
Les tendances de consommation et les enquêtes montrent une nette priorité en faveur des produits locaux
- Pour proposer une **carte originale** et se distinguer des établissements conventionnels
- Pour valoriser les **productions de terroir** de nos régions
- Pour soutenir l'**économie locale**
- Pour réduire son **impact environnemental**

❖ POUR COMMENCER

(P) impact sur le prix / (Q) impact sur la qualité

Achats

- Pour démarrer, il est utile d'interroger ses **fournisseurs** habituels sur l'origine de leurs produits et la possibilité de commander des alternatives belges (pour ce qui peut être cultivé en Belgique ou dans les pays limitrophes). Nombreux sont aujourd'hui les fournisseurs et grossistes qui suivent la tendance et s'approvisionnent au moins en partie localement.
- Habités à trouver tous les produits toute l'année, il est souvent nécessaire de commencer par (ré)apprendre la saisonnalité des produits: des **calendriers de saison** sont disponibles gratuitement ou téléchargeables et peuvent être affichés visiblement pour le responsable des achats et l'équipe de cuisine (cf. Ressources).

En cuisine

- Respecter la saisonnalité, cela signifie renoncer aux **garnitures** hyper classiques - et souvent insipides - (tomates, salade, concombre, etc.) pour profiter de la diversité de saveurs, de textures et de couleurs des légumes de saison. Finement rapés, choux blancs, rouges et raves, carottes

oranges, jaunes, blanches et violettes, navets violets et jaunes, betteraves rouges et chiogga, panais, topinambours et autres radis noirs garniront avec bonheur et souvent à faible coût vos assiettes et sandwiches. (P) / (Q)

- Un établissement qui est attentif à se fournir en produits locaux peut aisément valoriser sa démarche en **communiquant** sur l'origine des produits auprès de sa clientèle. (Q)

❖ POUR ALLER PLUS LOIN

- Les fruits et légumes d'hiver présentent un avantage à exploiter: la plupart conservent longtemps et simplement en chambre froide (courges, légumes racines, pommes, poires, etc.). Si l'espace de stockage est suffisant, il peut être intéressant de commander des **quantités plus importantes** pour obtenir un meilleur prix, tout en restant attentif au gaspillage. (P)
- Les établissements qui ont la chance de disposer d'un petit carré de **potager** peuvent garnir leurs préparations d'herbes aromatiques et de fleurs comestibles qui ne manqueront pas de séduire la clientèle. (Q)
- Si vous servez des produits locaux de qualité (boissons, confitures, miel, etc.), pourquoi ne pas aussi les proposer à la **vente** dans l'établissement? Une façon d'assurer une rentrée supplémentaire avec peu de surcoût de travail. (P) / (Q)

❖ ILS LE FONT DÉJÀ: TMOIGNAGES

Najib Houmaid, SOS Fresh Food (food truck):

« Respecter la saisonnalité, c'est le principe du revisité: on propose une version 2.0 des préparations classiques. »

Stefan Jacobs, Va-Doux-Vent (restaurant):

« Nous choisissons les produits locaux et de saison parce qu'ils sont de meilleure qualité. La clientèle ne s'intéresse pas spécialement à la démarche durable mais elle montre un intérêt pour la brochure d'information sur l'origine des produits et les producteurs qui est mise à disposition sur les tables. »

Philippe Renoux, Orphyse Chaussette (restaurant):

« Le moteur, c'est l'amour du produit. On attire la clientèle en aimant ce qu'on est et ce qu'on fait. (...) Quand j'ai commencé, on faisait son offre puis on cherchait les produits. Aujourd'hui, il faut faire l'inverse: on voit ce qui est disponible, bon et qui rentre dans ses coûts, puis on établit sa carte. Les petits établissements ont le choix de ce qu'ils veulent: en hiver, des tomates, il n'y en a pas! (...) A Bruxelles, il y a moyen d'acheter du très bon local pas cher. Il faut se renseigner, chercher les bonnes filières. Il ne faut pas essayer de faire tout d'un coup. Il faut prendre son temps, produit par produit, saison par saison. »

Stéphanie Vermeersch, Chef chez soi (traiteur):

« Un gros service traiteur ne peut pas aller aussi loin qu'un petit restaurateur. Les clients ne sont pas prêts pour tout et on ne peut pas se permettre de rater des commandes. Mais on avance par petits pas. Par exemple, on a supprimé certains poissons avec lesquels on ne veut plus travailler [pour préserver la biodiversité] mais on ne peut pas encore se passer de tomates en hiver. »

Christian Thirilly, Crescendo (restaurant):

« Les chefs sont les garants de la créativité et du goût. Ils doivent avoir quinze produits de remplacement pour la tomate qui fait appel au Sud et à la Méditerranée. Les restaurateurs ont l'impression que les choses sont immuables, alors qu'elles ne le sont pas. »

❖ EXEMPLES CHIFFRES

LÉGUMES D'HIVER

Légume	Prix/kg*
Chou blanc	0,71 €
Carottes	0,81 €
Potimarron	0,89 €
Oignons	0,95 €
Betterave rouge	1,06 €
Poireaux	1,46 €
Chou-fleur	1,52 €
Panais	1,65 €
Courgettes	1,97 €
Tomates (rondes)	2,61 €
Concombre	2,64 €
Chicons	2,69 €
Feuille de chêne	3,26 €
Laitue pommée	3,60 €
Epinards	3,97 €
Haricots verts	4,82 €

de saison / hors saison

* Prix hiver 2014-2015, moyenne de 4 fournisseurs

On le voit: sauf pour quelques exceptions, de façon globale les légumes de saison (en vert) sont en moyenne moins chers que les légumes hors saison (en rouge).

SANDWICH GARNI

Conventionnel (grande distribution/produits de marque):

Ingrédients	Poids	Prix / unité	Coût
Baguette blanche à l'ancienne	125 g	1,65€ / 250 g (Delhaize)	0,825€
Mayonnaise au citron	20 g	1,982€ / 300 ml (Solucious/Devos Lemmens)	0,132€
Jambon cuit dégraissé	20 g	9,875€ / kg (Solucious/Magistral Sam)	0,198€
Gouda en tranches	20 g	12,138€ / kg (Solucious/Brugge)	0,243€
Concombre en tranches (hors saison)	10 g	1,092€ / 300 g (Solucious)	0,034€
Tomate (hors saison)	35 g	2,207€ / kg (Solucious/grappe)	0,077€
Salade (hors saison)	5 g	1,316€ / 300 g (Solucious/feuille chêne rouge)	0,007€
		TOTAL	1,516€

Local et de saison:

Ingrédients	Poids	Prix / unité	Coût
Baguette blanche artisanale (bio)	125 g	1,30€ / 250 g (Nos Pilifs)	0,650€
Mayonnaise	20 g	2,40€ / 300 ml (KetJep)	0,160€
Jambon cuit	20 g	15,30 € / kg (Cuvry)	0,310€
Fromage en tranches	20 g	12,00€ / kg (Ferme de Nizelles ou Ferme artisanale de Genappe)	0,240€
Carottes (de saison)	20 g	0,69€ / kg Claessens	0,007€
Céleri rave (de saison)	10 g	0,89€ / kg Claessens	0,009€
Chou rouge (de saison)	20 g	0,59€ / kg Claessens	0,012€
		TOTAL	1,388€

moins cher que la version conventionnelle
plus cher que la version conventionnelle

❖ RESSOURCES

Organisations

- APAQ-W (approvisionnement): www.apaqw.be
- Agriculture de Wallonie (approvisionnement): www.agriculturedewallonie.be
- Nature & Progrès (approvisionnement): www.natpro.be
- Convivium Slow Food Bruxelles (approvisionnement et communication): www.slowfood.be (mise en ligne: 2015)

Outils

- Calendriers de saison des fruits et légumes, Bruxelles Environnement: www.bruxellesenvironnement.be (téléchargeable ou gratuit sur demande)
- www.mangerbelge.be (approvisionnement)
- *Guide pratique Cantines durables* (fiches pratiques et recettes de saison), Bruxelles Environnement/Simply Food : www.bruxellesenvironnement.be (téléchargeable)
- *Restauration et développement durable : enjeux et meilleures pratiques*, Utopies : www.mescoursespourlaplanete.com (téléchargeable)

Formations

- Formations Alimentation durable, Bruxelles Environnement (sessions théoriques et pratiques gratuites: www.bruxellesenvironnement.be)
- HorecaBePro: www.horecabepro.be

Plus d'infos ou besoin d'accompagnement?

Cellule Eco-conception UCM: www.eco-conception.be - eco-conception@ucm.be - 02 743 83 88