



Le changement par le menu



*Premier Tour de
tables ... et du
Roannais*



Cet ouvrage a été élaboré dans le cadre du projet **SAGACITÉ**, co-porté par Cap Rural et le laboratoire de recherche « UMR PACTE » (Institut d'Urbanisme et de Géographie Alpine de Grenoble).

SAGACITE est un projet du *programme Pour et Sur le Développement Régional (PSDR4 Rhône-Alpes)* et bénéficie d'un financement d'INRAE, de la Région Auvergne-Rhône-Alpes et de l'Union européenne via le FEADER dans le cadre du *Partenariat Européen pour l'Innovation (PEI-AGRI)*.

Dans le cadre du projet, il a été conçu comme une maquette de partage de connaissances qui peut être utilisée par d'autres collectifs sur d'autres thématiques pour partager avec d'autres habitants et acteurs les résultats de leurs travaux communs sur l'eau, le paysage, l'agroécologie, les fromages de leur terroir.

L'élaboration de cet ouvrage a été accompagnée par Cap Rural et la réalisation de la maquette par la maison d'édition « La Boite à Editer »

Il est appelé à évoluer au gré d'enseignements et d'enrichissements nouveaux. Il sera l'objet, dans le cadre du programme LEADER Roannais, d'une publication imprimée sous forme d'un livre comportant une dizaine de recettes.



Contacts :

VIVRE BIO EN ROANNAIS : -18, rue de Cadore 42300 Roanne – Site : vivrebioenroannais.org – Mail : vivrebioenroannais@gmail.com

Cap Rural : 200 avenue de la Clairette – 26150 Die – Site : caprural.org, mail : contact@caprural.org

LA BOITE A EDITER : rue des granges 05230 Chorges mail nous@laboiteaediter.fr téléphone +33 670 263 334

Cet ouvrage est une invitation à changer nos modes de vie par le menu dans nos assiettes, passant par le retour à des aliments cuisinés plutôt que transformés, par des produits de nos prés et de nos champs cultivés et élevés en synergie avec la nature... pour plus de qualité de l'alimentation et pour le bien de la planète. Il vous est proposé par un collectif d'agriculteurs, consommateurs, cuisiniers, diététiciens du Roannais et chercheurs qui ensemble autour de l'association Vivre Bio en Roannais ont cherché à faire progresser leurs manières de cultiver, élever, cuisiner.

L'alimentation de qualité, on y va !

« L'alimentation de qualité, pourquoi pas, mais c'est cher »... « le bio ne pourra pas nourrir le monde... »... « de toute façon on ne peut pas faire sans un minimum de pesticides... » autant d'idées (préconçues ?) qui sont autant de raisons mises en avant pour ne pas emboîter le pas d'une démarche de qualité alimentaire, ou alors en réduisant celle-ci aux aspects sanitaires...

Est-ce avec juste raison ? Pour y répondre il est nécessaire de chercher à mieux comprendre comment est produite notre alimentation, comment elle est transformée, comment elle arrive jusqu'à notre assiette...

Une chose est sûre, faire l'économie, ou l'impasse, de la question alimentaire est un luxe... car elle joue sur de multiples facettes de notre vie, que ce soit le

budget familial, notre santé, la qualité de notre environnement.

Aussi nous sommes nous attelés à la question... qui nous ? Un groupe d'agriculteurs, de consommateurs, d'habitants, de personnels de santé, d'enseignants du Roannais avec VBR... Cela fait trois ans que nous travaillons ensemble car nous faisons le pari qu'à plusieurs on peut être plus intelligents et mieux comprendre les choses. Nous avons donc cherché ensemble une meilleure compréhension de notre alimentation, particulièrement dans le Roannais, à partir d'éléments concrets, partant de nos expériences mais aussi des nombreuses analyses que nous proposons aujourd'hui chercheurs et praticiens... et nos premières pistes de travail soulèvent peu d'équivoques... « L'alimentation de qualité, ce n'est pas plus cher si on

cuisine bien »... « le bio peut nourrir le monde... car il est peut-être le seul à préserver les sols et le vivant de demain »... « les producteurs bio prouvent que les pesticides, ce peut être du passé ». Autant de raisons qui se vérifient à nos yeux et à mettre en avant pour avancer vers une meilleure qualité alimentaire... chiche ?

C'est pour y réfléchir et trouver des solutions que nous vous proposons ce livre de recettes culinaires... Y sont décrites non seulement ces recettes, mais également producteurs, cuisiniers, consommateurs, vous ouvrent le cœur de leur expérience et de leur démarche, aliments et autres ingrédients vous livrent leurs qualités....

Alors, on y va ?

*Chercher à comprendre la
qualité*



Chercher à comprendre la qualité alimentaire en Roannais

Longtemps, l'alimentation a constitué un moment central de la vie en société. C'est elle qui permet la croissance des organismes vivants, en même temps qu'elle est indispensable à la reproduction des forces nécessaires aux activités. Mais aussi chez les humains elle a été constitutive de cultures, dans la mesure où l'art de cuisiner est fait « des savoirs, des valeurs, des normes et des symboles partagés par certains acteurs de façon discriminée vis à vis d'autres acteurs » (Pecqueur, 2004).

Jusqu'à la fin du dix-neuvième siècle les modes de vie ont été en Europe majoritairement autarciques, plus des neuf dixièmes de la population vivant alors en campagne. Avec la nécessité de subvenir aux besoins

alimentaires de base, chacun produisait un peu de tout là où il vivait. Même en moyenne montagne comme dans les collines du Roannais, les moindres parcelles de pentes faibles à moyennes étaient labourées pour produire blé, pommes de terre, légumes, afin de satisfaire les besoins de la famille, du village, voire les bonnes années de la ville proche. Les prairies, souvent sur les surfaces plus pentues ou humides, assuraient l'essentiel de l'alimentation du bétail. Dans de très nombreuses fermes un bout de vigne permettait de produire le vin familial... il va sans dire qu'à cette autarcie correspondait un modèle économique très local, entre voisins, entre ville et campagne proches. Aujourd'hui, à l'heure où 78 % des français vivent en ville (INSEE, 2015),

l'agriculture et l'alimentation restent au cœur de la construction des villes : produire, transporter, conserver, transformer, vendre, cuisiner, manger et éliminer constituent une chaîne d'opérations à mettre en œuvre pour nourrir les sociétés urbaines. Le repas constitue pour nombre d'entre elles une pratique culturelle dont les formes varient selon les pays, mais aussi les groupes impliqués. Il rassemble en même temps qu'il distingue, et constitue en cela un des fondements des identités collectives.

Le développement des échanges, la circulation des hommes et des produits expliquent de profondes transformations en cours, y compris dans nature de ces identités.

Au début du dix-neuvième siècle, paysage de l'agriculture autarcique en Belledonne (Coll CJ)



professionnelles. Il s'agit là d'une hémorragie sans précédent, dont les conséquences sociales ont toujours été négligées par le syndicalisme agricole majoritaire, qui voyait là le prix à payer pour l'affirmation d'une agriculture moderne, au sein de laquelle la profession cogérait avec l'Etat la politique agricole sans que les consommateurs aient leur mot à dire.

Cette modernisation de l'agriculture correspond à son inscription croissante dans l'économie de marché et à l'allongement des circuits commerciaux. Elle a pris son essor dans l'après-guerre avec la pénurie alimentaire comme enjeu majeur... il fallait organiser des filières économiques pour amener les aliments sur les tables des citadins parfois très éloignés, moderniser et intensifier les exploitations pour

dégager plus de production afin de les mettre sur le marché.

Ces évolutions ont conduit à des progrès indéniables des conditions de travail et ont contribué à conforter une sécurité alimentaire de l'hémisphère nord... mis à part dans des démarches de qualité comme les AOP, cela va de pair avec des objectifs limités à ce qui est quantitativement mesurable ... les rendements, les marges économiques, les normes sanitaires...

Crises et résistances

D'une certaine manière, l'agriculture dans son industrialisation a solutionné les problèmes de pénurie alimentaire des pays de l'hémisphère nord en mettant au second plan les questions qualitatives telles que la prévention de la santé, celle de l'environnement ou plus simplement le goût des aliments. Parallèlement les sols, l'eau, la biodiversité végétale ou animale se sont standardisés... avec pour effets par exemple la diminution du nombre

d'aménagement, politiques plus correctives qu'anticipatrices. Elles viennent corriger au moins en partie des évolutions perçues comme négatives par les acteurs publics, ou le public tout court. Des aides financières pour limiter les chargements en animaux, réinvestir les prairies abandonnées permettent aux agriculteurs de montagne de valoriser à nouveau des surfaces délaissées, que ce soit en moyenne altitude ou sur les alpages. Les procédures successives, allant des « Plans Locaux de Gestion de l'Espace » régionaux aux « Mesures Agricoles Environnementales et de Climat » d'aujourd'hui en sont des illustrations. De même les Lois Paysage, Solidarité et Renouvellement Urbain viennent au début du vingt et unième siècle compléter la boîte à outils des aménageurs, constituant un tournant où les politiques publiques cherchent à compenser les lacunes et déséquilibres de la « loi du marché ».

Ainsi, les acteurs locaux ou les aménageurs ont une influence

directe sur les paysages... par l'arrachage ou plantation de haies et d'arbres, la construction d'infrastructures, les politiques d'urbanisation, les stratégies agricoles ou forestières... Pour autant sont-ils totalement maîtres du jeu ? En Octobre 2014, lors des « Journées de Bibracte » organisées par le PNR du Morvan et le Centre Archéologique de Bibracte, les acteurs du territoire se sont réunis pour des lectures collectives du paysage. L'un d'entre eux commentait ainsi l'intrication de hameaux, forêts et prairies qui s'offraient à nous sur le versant d'en face : *« Je vois un paysage de la mondialisation... les broutards qui sortent de nos prés partent pour l'Italie, et le bois de nos Douglas sont vendus en Chine... le devenir de ce paysage dépend d'eux et des grandes filières économiques qui régissent la commercialisation »*. Au-delà des stratégies et pratiques directes des habitants et acteurs locaux, des liens plus subtils se tissent ainsi entre les dynamiques spatiales et les logiques des marchés économiques, qui font que le futur d'un paysage peut échapper à

ceux qui y vivent. Il n'en va pas de même dans des terroirs où les acteurs s'approprient la valorisation de leurs ressources. Dans certaines vallées alpines, du Massif Central ou de Franche-Comté, les organisations économiques agricoles se structurent autour de coopératives locales et de productions spécifiques aux lieux, tels le Pays de Thônes pour le Reblochon, ou le Pays de Roquefort. D'une certaine manière, par la maîtrise plus forte de leurs ressources, même si elles sont aussi dépendantes des conjonctures économiques, les acteurs y accentuent leurs marges de manœuvre dans la maîtrise de leurs paysages... et à travers eux de leurs pays.

Mais les réflexions concernent aussi l'échelle planétaire. Devant le constat qu'il faut *« 200 g de pé trole pour 1 kg de blé , 6 kg de pé trole pour 1 kg de viande »* , la solution simple et évidente qui paraît s'imposer est de mettre moins de viande dans nos assiettes pour réduire notre empreinte écologique. *« Plusieurs personnalités françaises, dont les*

Paysage de biodiversité



politiques Corinne Lepage et Yves Cochet, l'écologiste Allain Bougrain-Dubourg et le botaniste Jean-Marie Pelt, ont observé à Copenhague une "grève de la viande". Leur message : l'industrie de l'élevage est une "aberration" qui produit des dégâts considérables sur l'environnement. Un repas avec viande et produits laitiers équivaut, en émissions de gaz à effet de serre, à 4 758 km parcourus en voiture, contre 629 km pour un repas sans produits carnés ni laitiers. Pour protéger la planète, il est donc aussi efficace – sinon plus – de se priver de viande que de rouler à vélo ou de baisser le chauffage. »

Le débat sur veaux, vaches, cochons, volailles dans notre alimentation couve et pointe de ci de là dans les discussions sur l'effet de serre et notre avenir sur la planète. « *Le rendement thermodynamique de l'animal est mauvais puisqu'il faut en moyenne 7 calories d'origine végétale pour obtenir 1 calorie sous forme de viande. De fait, les protéines animales représentent 62 % de*

nos apports protéiques, et si près de 80% des surfaces agricoles françaises sont mobilisées pour satisfaire les besoins alimentaires des troupeaux, le marché mondial entre également en jeu pour une part importante. « *Les pays riches doivent puiser dans les réserves des pays du Sud pour assurer leur consommation actuelle de viande en recourant aux importations. Ainsi, les européens importent par exemple 75% des protéines végétales qu'ils donnent à consommer à leurs élevages, du soja américain essentiellement, notamment des tourteaux d'Argentine et du Brésil. »*

Vers de nouveaux modèles de production et de consommation

En parallèle, l'époque voit aussi l'émergence et le développement de modes d'agriculture «alternatifs» dont le fonctionnement repose sur la mobilisation de ressources locales et renouvelables pour leur approvisionnement, la diversification des activités (agro tourisme, transformation) et le raccourcissement des circuits de

vente. Dans les régions dites défavorisées des agriculteurs engagent des processus de spécification de leurs productions, reposant sur la reconnaissance de qualités qui leurs sont associées, au travers de marques et de labels. A partir des années 2000, la question alimentaire est prise en compte par les collectivités locales, en particulier au travers de l'approvisionnement des cantines. Ces formes d'innovations sociales dans le domaine de l'alimentation font système au travers, par exemple, de la construction de liens directs entre des groupes de consommateurs et de producteurs, dont Vivre Bio en Roannais constitue un exemple concret. Elles reposent essentiellement sur de nouvelles valeurs partagées et une ambition de changer radicalement le modèle et le rapport qu'entretient la société avec son alimentation, de la production à la consommation. Ce mouvement de « transition alimentaire » repose sur la confiance et la participation, mais aussi sur de nouvelles formes d'organisation comme les AMAP ou des magasins autogérés.

Agriculture de terroir bien dans son paysage



- **garantie d'une préservation environnementale et sociétale.** Les mots clés en sont : limitation des impacts sur l'environnement, création de lien social, lien marqué avec le territoire, accès pour tous à la qualité alimentaire.
- **le goût et le local :** de même que la préservation environnementale ne va pas forcément de pair avec le local (à l'instar de l'écologiquement intensif), le local n'est pas forcément associé à la préservation de l'environnement. Cela conduit à spécifier le bio local pour le distinguer de démarches moins transversales. Les mots clés sont lien production locale-goût, « passeurs de qualité », terroir.
- **le gage de bonne santé** dépasse la dimension purement sanitaire et « microbiologique » des aliments. Cette notion fait référence à l'équilibre nutritionnel, , des qualités contribuant au bon

développement et à l'équilibre de l'organisme ainsi qu'à ses propres capacités de résistance aux agents pathogènes... Les mots clés en sont : équilibre, nutrition, aliments dépourvus de substances pouvant être nocives réduction du risque de maladie.

reconnue et accessible à tous, un véritable bien commun partagé et partageable.

Un livre de recettes pour illustrer les propos

Pour partager avec vous notre approche de la qualité alimentaire dans le Roannais, quoi de mieux qu'un livre de recettes ? Il permet d'illustrer à partir de produits, savoirs et savoir-faire, mais aussi de produits issus du territoire comment cuisiner des plats "de qualité" en identifiant clairement de quelles qualités l'on parle. Il permet aussi de montrer par le concret et avec des exemples aux coûts modestes que l'on peut rendre abordable par tous la qualité alimentaire.

Ce livre de recettes se veut enfin une contribution à l'engagement d'une réflexion collective et locale pour faire de la qualité alimentaire,

Et vous, quelles qualités recherchez vous en priorité ?



Le moins cher possible



Ecologique et social



Sanitairement irréprochable



Goût et local



Gage de bonne santé



Quoi d'autre ?

Recettes pour cuisiner la qualité



Saucisson Lyonnais au Chou Kale





Saucisson lyonnais au chou kale, une recette décalée

Il était une fois un chou...

Elevé par Mickaël Rollet, maraîcher bio passionné et curieux de nouveautés, vous le retrouverez, sublimé, après un séjour entre les mains et les casseroles du chef Philippe Blanchin du restaurant « Les Dézingués ».

petits plats des « Dézingués », place du Marché à Roanne, ou comment faire voyager vos papilles au détour d'une assiette ! C'est le chou kale de Saint Germain-Lespinois dans les
Vous aussi, tentez l'aventure avec le « Saucisson lyonnais à la crème de moutarde ancienne et chou Kale croquant ».

> [Recette à retrouver en page 10.](#)

Une cuisine inventive.... px
Le chou kale.....px
Maraîcher passionné.....px
Un îlot de maraîchage...px



Autour du zinc se font les alliages entre gens

C'est un lieu de consommation...certes. Mais surtout un lieu d'échanges, de discussions, de débats au gré des partages de repas vite pris lors de la pause de midi, ou de pots communs aux pauses de la journée. Situés à l'orée du marché, les « Dézingués » sont par leur proximité propices à la pause improvisée où se poursuit une discussion commencée autour de l'étal, entre producteurs, entre producteurs et consommateurs, entre consommateurs et consommateurs... Sur les projets et points de vue de chacun et de tous, sur les commentaires informels sur la dernière ou prochaine réunion de Vivre Bio, sur les actions envisagées ou envisageables, et de toutes les façons sur le devenir de la planète... C'est un lieu d'émergence d'idées, mais aussi de leur mise en culture, de leur fertilisation, de leur irrigation... on connaît la filière de la fourche à la fourchette... Les « Dézingués » et le marché c'est en plus du lien commercial l'itinéraire renouvelé du cultural au culturel...

Une cuisine inventive

Philippe Blanchin

En cette mi-avril, sur la place du Marché à Roanne, Philippe Blanchin nous ouvre les portes de son restaurant « Les Dézingués » et nous livre son histoire.

Il se définit comme un cuisinier « amateur ». Il y a 4 ans, avec son meilleur ami Pierre Garet, il s'est lancé dans l'aventure des « Dézingués ». Philippe et Pierre travaillaient dans le secteur du textile. Reconversion ! A la quarantaine, Philippe décide de faire ce qu'il aime le plus : cuisiner. Pierre l'accompagne, avec sa passion complémentaire en œnologie. Pour Philippe, la meilleure cuisine du monde est la cuisine française.

Sa cuisine, il la définit comme une cuisine de bistrot améliorée. Epicurien dans l'âme et passionné, il a bourlingué entre l'Asie et l'Europe du Sud, et a engrangé l'exotisme de toutes ces cultures. Inspiré par ses nombreux voyages, il revisite, recompose, ose et réinvente la cuisine traditionnelle française.

Parcourant les étals des producteurs locaux installés sur la place deux fois par semaine, il fait son marché directement, choisissant les produits frais et du terroir, à deux pas de sa cuisine. Une aubaine pour lui !

A partir de ces matières premières de qualité et d'ingrédients sortis de son « tiroir à merveilles », il laisse s'exprimer son inventivité, animé par l'envie de créer des mélanges et de conserver les saveurs, les textures, les couleurs, faisant très peu cuire tous ses aliments, pour une cuisine résolument instinctive.

Les objectifs de ce « bistrot du monde » sont toujours les mêmes : susciter l'émotion, procurer du plaisir, faire découvrir et redécouvrir des saveurs, éduquer au goût, faire de chaque plat un voyage !

« Pour moi, une bonne cuisine, c'est une cuisine qui apporte du plaisir aux gens qui la mangent ! Elle doit être simple avec de bons produits ».





Le chou kale

Un légume qui défrise le terroir

D'emblée une question se pose : comment le chou kale peut-il être frisé alors qu'il n'a pas de tête ? Si vous le cuisinez bien, il vous le révélera

peut-être... et il vous révélera à coup sûr son léger goût âcre, si particulier aux plantes de la famille des Brassicacées (anciennement appelées crucifères) et au glucosinolates qu'elles contiennent.

Outre leur goût singulier, ces glucosinolates ont en effet la propriété de se transformer en sulforaphane lorsque l'aliment est haché, broyé, ou mastiqué et ont alors des effets bénéfiques sur certaines maladies, notamment les maladies neurodégénératives et le cancer.

Comment le consommer ?

On l'aime cru comme cuit. Cru, il se déguste en salade ou en smoothie. Cuit, il se cuisine comme les autres choux : en soupe, en purée, à la vapeur, sauté au wok avec d'autres légumes, en chips croquantes...

Les glucosinolates sont très solubles dans l'eau ; une cuisson à grande eau des Brassicacées de seulement 10 minutes réduit de moitié la quantité de glucosinolates présente dans ces légumes. Ils doivent donc être consommés crus ou peu cuits.

Réputé pour être un légume-santé, le chou kale posséderait de nombreuses vertus, dont une teneur exceptionnelle en vitamine C, mais aussi une très forte teneur en vitamines K, A, en calcium, fer, magnésium, potassium, oligoéléments. Il serait antioxydant, pauvre en calories et riche en fibres.

Son histoire

On pourrait deviser longtemps sur son nom... mais un chou est un chou, et le qualificatif de kale lui vient de l'anglais pour désigner sa forme non pommée et donc sans tête. Cet anglicisme trahit l'étape américaine du périple intercontinental qu'a fait le chou kale au cours de l'histoire avant d'arriver dans nos champs pour finir dans nos assiettes.

Originaire du pourtour Méditerranéen d'où il a été apporté en Europe, il y a d'abord été l'un des légumes feuilles les plus cultivés jusqu'à la fin du Moyen-âge. Sa grande résistance au froid et aux maladies étaient très appréciés des paysans.

C'est ensuite au cours du XVIIème siècle qu'il arriva sur le continent américain où il devint très à la mode suite à la découverte de ses innombrables qualités gustatives et nutritionnelles. Ce légume fait désormais partie des aliments-santé les plus prisés, jusqu'en France aujourd'hui.

Véritable plante voyageuse, il est donc tout désigné pour apporter un peu d'exotisme en accompagnant le très lyonnais saucisson cuit.





Petit étal devenu grand

La place du Marché à Roanne, c'est cette place et ce marché que Mickaël Rollet, producteur en maraîchage biologique a choisi pour vendre ses produits. Depuis 13 ans maintenant, il y est fidèle deux fois par semaine, les mardis et vendredis matins.

Le marché du vendredi est pour lui le plus beau de Roanne et un des plus beaux de la Loire, rassemblant des producteurs locaux, des producteurs bio et fermiers. Dès le début, Mickaël mise sur la qualité de ses produits, tous fraîchement cueillis, la veille pour le lendemain. Et les clients ne s'y trompent pas ! Ses produits séduisent les consommateurs, de plus en plus nombreux - nombre de clients du premier jour viennent toujours aujourd'hui -, puis les restaurateurs du tour de la place - La Place Rouge, Les Dézingués, La Maison Bouquet, Le Feel Good... - et les restaurateurs gastronomiques de la ville et de la région... : Troisgros, Le Central, Le Colombier, Aux Angés... La demande croissante conforte Mickaël dans son choix et sa conviction pour la production bio.

Maraîcher passionné

Mickaël Rollet

C'est en 2005 qu'il démissionne de son poste de technico-commercial en horticulture pour se consacrer à sa passion : avoir son grand jardin !

Ce qui m'a poussé vers les légumes, c'est depuis tout petit la passion pour le jardinage, mettre les mains dans la terre, faire des semis, des plantations, des bouturages, s'occuper des légumes, les voir pousser, les récolter, ... partir de la graine jusqu'à la vente.

Aidé de ses parents éleveurs, il concrétise son installation en maraîchage, à Saint-Germain-Lespinasse, sur des terrains de bonne qualité, avec de l'eau, retournant un hectare et demi de prairie pour installer une petite serre.

« Quand j'ai démarré, c'était un grand jardin, ce n'était pas une grande exploitation maraîchère. Sur le coup, mes parents ont été surpris, ça leur a fait peur, le fait de démarrer en bio, de zéro. Mais, tout de suite, ils ont joué le jeu, ils m'ont aidé. C'est clair que je n'en serais pas là aujourd'hui sans mes parents et la main d'œuvre familiale qui m'a aidé du départ et toujours maintenant. C'est une histoire de famille ».

En 2009, il reprend le reste de l'exploitation familiale, choisissant de conserver le troupeau ovin pour bénéficier de l'apport en matière organique. Tendre vers un système de production économe, durable, le plus autonome possible est sa ligne de conduite dans tous ses projets : il produit ses plants, utilise le fumier des moutons pour nourrir le sol qui va ensuite nourrir la plante, pratique des rotations extensives avec les prairies, développe la vente directe à

« La fraîcheur, c'est ça qui est important. Un produit qui a une semaine de chambre froide et un produit qui a une demi-journée de chambre froide, ce n'est pas pareil et les clients le voient tout de suite. »

la ferme, préserve l'eau avec l'arrosage localisé en goutte à goutte et le paillage réutilisable...

Curieux, à l'affût de nouveautés, Mickaël aime expérimenter de nouvelles cultures. Il diversifie ainsi son offre en invitant sur son étal, aux côtés des légumes classiques, les légumes oubliés et ceux venus d'ailleurs et surprend ses clients avec ses patates douces, salsifis scorsonère, panais, persil tubéreux, gingembre, curcuma, maïs doux, ou encore choux chinois Pe tsai et Pak choï...

C'est ainsi qu'il est naturellement séduit par le chou kale, idée glissée à l'oreille par un de ses salariés. Cette vieille variété de chou frisé non pommé avec une belle feuille entière, légèrement gaufrée et frisée, l'intéresse pour ses propriétés nutritives et sa possibilité de le consommer presque cru. Celui-là même que Philippe Blanchin fait découvrir à ses clients dans ses assiettes !

« Le chou kale, je le cultive de deux façons : soit en jeunes pousses, en mesclun, toute l'année avec différentes variétés, mélanges et coloris, soit en culture d'hiver, comme un chou d'hiver, semé en sortie de printemps, repiqué en mai-juin et récolté après un coup de gel pour que les feuilles soient plus tendres ».







« Mes parents éleveurs n'étaient pas en bio.

Dès le départ c'était pour moi une conviction : sachant que j'allais être en contact direct avec le consommateur, je ne me voyais pas faire un autre type d'agriculture.

Et aussi, par rapport à l'environnement auquel j'attache énormément d'importance.

Je travaille avec la matière organique de la ferme, fumier des moutons composté puis intégré avant les plantations, pour nourrir le sol qui va nourrir la plante. »

Un îlot de maraîchage au cœur du paysage d'élevage

Venant de Roanne par l'emblématique RN7 en direction du Nord, s'étalent d'abord jusqu'aux pieds des Monts de la Madeleine les paysages ouverts des exploitations de polyculture-élevage. Puis vers La Pacaudière, s'annoncent les herbages plus bocagers de l'élevage charolais du Brionnais. C'est là qu'au détour d'un virage surgit l'exploitation maraîchère de Mickaël Rollet.

Véritable îlot, resserré autour de la maison familiale traditionnelle et des bâtiments d'exploitation récents, fait de serres, de rangées de poireaux et de salades, il constitue une véritable respiration de diversité dans l'étendue des herbages et de maïs destinés à l'élevage. Discrète mais présente, la centaine de brebis de la ferme contribue par ses effluents organiques et la valorisation des prairies au cercle écologiquement vertueux de la polyculture-élevage.

Inspirant un certain ordre par les semis en ligne, mais aussi la spontanéité de la biodiversité par les plantes adventices contrôlées plutôt qu'exterminées, le paysage révèle ce mélange de technicité et d'écoute de la nature propres au maraîchage bio bien conduit.

Bière Carré Crago 25cl	3€
Bière Carré Crago 50cl	5.50€
Bière de Saison 25cl	4€
Bière de Saison 50cl	7.50€
Bière Saison 25cl	3€
Pilsner 25cl	3€
Cubanista 33cl	5€
Corona 33cl	6€
Martini 4cl	3.50€
Ricard 4cl	3€
Beck 33/33 4cl	5€
Whisky Bullantona 4cl	5€
Rhum Diplomatique 4cl	7€



Saucisson lyonnais à la crème de moutarde ancienne et chou kale croquant

Philippe Blanchin, restaurant «Les Dézingués»

- Plongez le saucisson dans un grand faitout d'eau bouillante, avec le bouquet garni et l'oignon piqué de clous de girofle pendant environ 25 minutes. L'astuce de Philippe, c'est la cuisson «à la ficelle» pour maintenir le saucisson à la verticale pendant la cuisson, ce qui la rendra plus homogène

- Pendant ce temps, détaillez les feuille de chou kale en retirant la tige et les nervures, coupez grossièrement les feuilles

- Faites blanchir le chou dans un grand volume d'eau bouillante salée pendant une minute.

- Retirez du feu et placez aussitôt dans l'eau froide pour arrêter la cuisson, égouttez bien les feuilles et réservez

- Pour la sauce, faites un roux blanc dans une petite casserole, moitié farine, moitié beurre, ajoutez un peu de vin blanc et de bouillon de cuisson du saucisson, faites épaissir quelques minutes puis ajoutez la moutarde à l'ancienne et la crème.

- Juste avant de servir, poêlez rapidement les feuilles de chou kale au beurre

- Dressez les assiettes, avec le saucisson coupé en tranches, la sauce à la moutarde et le chou.

POUR 4
TEMPS : 40 MINUTES

INGRÉDIENTS :

- 1 saucisson à cuire de chez Claude Ovide, La Ferme de Malème à Saint-André-d'Apchon
- 600 g de chou kale de chez Mickaël Rollet, maraîcher bio à Saint-Germain-Lespinasse
- moutarde à l'ancienne
- beurre
- crème fraîche
- bouquet garni + oignon piqué avec clous de girofle
- vin blanc



Butternut cake





Butternut cake, une idée pour un p'tit dej' qui change

Et si on revenait à des choses simples qui allient plaisir et santé !

Un beau matin, Nancy RIAMON, diététicienne à Ouches, nous raconte l'histoire d'un petit déjeuner qui pourrait être différent. Elle nous rappelle le potager, le poulailler de nos grands-parents, leurs recettes simples et nous livre nombre de conseils nutritionnels et diététiques. Tout en fouettant les blancs pour les monter en neige, elle nous dévoile les secrets de ce gâteau d'automne, loin des produits ultra-transformés.

Laissez-vous tenter et osez le butternut cake, le matin, au goûter ou lors du brunch du dimanche !

> [Recette à retrouver en page 10.](#)

Un retour aux choses simples et saines...px
Alimentation et santé.....px
Une reconversion en bonne voie.....px
Devenir paysan pas à pas.....px



Ce qui motive Nancy plus que tout, c'est informer, conseiller et accompagner chacun vers un « je mange mieux » !

« La vraie évolution aujourd'hui c'est revenir à ce que préparaient nos grands-parents, se reconnecter avec le produit, se préoccuper des ingrédients pour savoir ce que l'on mange. L'idéal pour cela est de faire soi-même à partir de matières premières saines de provenance connue.

Bien sûr, il faut vivre dans notre monde moderne avec les facilités qu'il offre, à condition de les sélectionner.

Mon cheval de bataille c'est informer, car à partir du moment où vous savez, vous pouvez faire des choix en pleine conscience. » c'est en plus du lien commercial l'itinéraire renouvelé du cultural au culturel...

Un retour aux choses simples et saines

Nancy Riamon

Mi-décembre, Nancy nous accueille dans sa cuisine et nous emmène dans son univers.

Pour Nancy, bien manger et avoir une bonne hygiène de vie est primordial et c'est ancré en elle depuis toujours. Elle grandit en Normandie, au milieu des légumes et des fleurs du jardin. Issue d'une famille où l'alimentation et la santé sont importantes, le bio s'est imposé dès ses débuts comme une évidence.

Elle découvre le monde de l'industrie agroalimentaire à Paris pendant ses études d'ingénieur qui lui permettent de pointer ce qu'elle aime : travailler avec les agriculteurs, être en contact avec le produit et savoir comment il est fabriqué.

Elevée aux produits Favrichon, elle rejoint l'entreprise de Saint-Symphorien de Lay en 1996 et devient responsable de la qualité et du développement des recettes.

Libre dans son activité, développant sa polyvalence, elle prend part pleinement au déploiement des gammes.

Spontanément, les clients sont aiguillés vers elle pour être conseillés sur les produits à privilégier en lien avec leurs préoccupations nutritionnelles et de santé. Nancy apprécie tout particulièrement ce contact direct avec les consommateurs et débute en 2009 son activité de diététicienne.

Elle diversifie cette activité principale par des actions au sein de l'hôpital de Roanne, avec l'agglomération, les PMI, les restaurants scolaires, les boutiques spécialisées comme La P'tite Maison du Bio...

Sa motivation est avant tout l'éducation thérapeutique ou « comment créer chez l'autre l'envie de se prendre en charge et d'être acteur de sa santé ».

« Pour moi, la qualité et le bio sont là depuis toujours et sont synonymes de simplicité. Il faut revenir à des choses simples ».





Formule petit dej' gagnante !

Nancy RIAMON, diététicienne

Pour les glucides fournissant l'énergie tout au long de la matinée :

- Pain complet ou aux céréales,
- flocons d'avoine, ou de blé

Pour les matières grasses :

- Beurre et fruits oléagineux
- en quantité modérée

Pour les protéines :

- Lait, yaourt ou fromage
- œuf ou jambon

Boisson chaude ou froide.

Et pour finir, éventuellement, un fruit.

Alimentation et santé

Parole aux médecins et nutritionnistes

3 professionnels nous parlent du lien évident entre qualité alimentaire, bien-être et santé.

Martine SCHMUCK, médecin pédiatre

Au début du 20^{ème} siècle, une alimentation riche et de qualité était un préalable à une possible guérison, y compris en cas de maladie infectieuse, et l'on craignait avant tout les apports nutritionnels insuffisants ou les carences, notamment chez l'enfant.

A partir des années 50, les maladies infectieuses pouvant être prévenues ou soignées, les gens mangeant à leur faim, l'état de bonne santé va de soi sans que le rapport ne soit fait avec l'alimentation.

Les années 80 voient la progression des maladies de surcharge – obésité, maladies cardio-vasculaires, diabète de type 2 – en partie liées à une alimentation trop grasse, trop sucrée, associée bien souvent à la sédentarité, autre facteur de risque.

Cette alimentation riche, à base de produits ultra transformés, contaminée par les pesticides et les additifs, contribue également fortement au nombre croissant des cancers – de l'intestin et du sein.

Une prise de conscience s'opère et des programmes d'information mettent en lien à nouveau la nutrition et la santé.

Le souci d'une alimentation correcte rejoint les préoccupations écologiques et sociétales : manger local, manger bio, soutenir une agriculture

« Avoir une bonne hygiène de vie, bien manger, ce n'est surtout pas un régime. Ce n'est ni élitiste, ni compliqué, ni triste. Ce doit être une source de plaisir ».

*Dominique POPINET,
médecin
généraliste.*

Nancy RIAMON, diététicienne nutritionniste

Après-guerre, plus envie de pain noir, d'huile brute, de topinambour, de farine complète, de riz complet qui avaient le goût des mauvais souvenirs.

L'industrie agroalimentaire en plein essor raffine les produits, les épurent leur faisant perdre leur goût originel.

Dans les années 70, l'industrie chimique en développement crée les arômes, les additifs, les exhausteurs de goût. Eau, sel, sucre, épaississants sont ajoutés pour diminuer le coût de revient des produits et les goûts évoluent vers le neutre et le sucré.

L'escalade vers des produits ultra transformés se poursuit avec l'introduction de goûts sucrés sans calories grâce aux édulcorants, pointés du doigt aujourd'hui comme nocifs.

Ainsi la liste des ingrédients s'allonge. Le produit fini s'éloigne de la matière première, le goût s'éloigne du naturel et l'assiette du consommateur se déconnecte de la terre !

Dominique POPINET, médecin généraliste

C'est quoi une bonne hygiène de vie ?

« Bien manger, bouger, ne pas fumer, ne pas boire trop d'alcool, voir du monde et rire. »

C'est quoi bien manger ?

« 5 fruits et légumes par jour, des légumineuses tous les jours, de la viande rouge, 1 fois par semaine, des céréales complètes, des produits locaux et de saison, provenant d'une agriculture raisonnée ou bio. »

C'est quoi une assiette équilibrée ?

« C'est une assiette colorée avec du vert, du rouge et du jaune, inspirée de l'alimentation méditerranéenne, riche en légumes, avec un filet d'huile végétale vierge et une portion de protéines – viande, poisson, légumineuses, fromage ou deux œufs. »





Lorsque les poules seront dedans...

Face à la fenêtre grillagée donnant sur la cour, trône un autre passage entre dehors et dedans : le portail de la remise ! Lié au bâtiment il n'en a pas moins voyagé dans le temps et son ancienneté se lit dans les veines de son bois !

A la différence des portails et grilles de lecture virtuels qui ne s'ouvrent que dans un sens pour nous pousser à entrer dans la logique d'un logiciel ou le formaté de l'information, ce portail-ci est bien réel. Fait de bois et de métal, il est une invite à double sens : à entrer dans l'intimité de la grange de clairs obscurs vibrant de l'histoire des foin engrangés, des matériels rentrés à l'abri en fin de saison ; à sortir dans les prés où se récoltent les foin et pâturent les animaux, dans les champs où se laboure la terre et se moissonnent les récoltes, dans les clos où s'ébattent les poules.

Finalement, faite de dehors et de dedans, une ferme ne doit s'enfermer...

Une reconversion en mouvement

Xavier RIO CREUX, testeur en poules pondeuses et brebis laitières

De l'idée au projet, Xavier et Kamela racontent leur cheminement.

Avant, Xavier a été plombier-chauffagiste dans le bâtiment et enseignant en lycée professionnel.

Aujourd'hui, il est testeur : c'est un changement de vie radical avec l'apprentissage d'un nouveau métier dans un nouvel environnement géographique et social.

Suite à la formation « de l'idée au projet » organisée par l'ADDEAR Loire, il arrive sur la ferme de l'espace test agricole Etamine en juin 2017.

Xavier, sans « bagage » dans l'élevage, est accueilli par Gwendoline Vidal, première testeuse en brebis laitières sur le site, qui lui transmet ses connaissances, ses compétences, son savoir-faire et finalement son activité.

10 hectares sont consacrés à l'élevage, avec 80 poules pondeuses et 41 brebis laitières.

Son fils Naël campé sur ses épaules, Xavier explique à quel point ce qu'il fait et vit ici le nourrit au quotidien. Radieux, les yeux pétillants, il raconte l'énergie du lieu, son lien aux éléments naturels et aux animaux. Sa recherche d'harmonie avec l'environnement est essentielle et permanente pour lui.

Que les poules soient rousses, noires ou grises, les clients aiment les œufs pondus dans l'élevage de Xavier.

Pourquoi ? Parce qu'ils ont un jaune très jaune qui a du goût, un jaune qui colore les omelettes comme autrefois et un goût qui reste en bouche. Les grands-mères elles-mêmes lui témoignent de ce goût retrouvé de leur enfance.

« La qualité découle de l'environnement, de l'alimentation, de la manière de travailler, l'intention mise et l'attention portée. »

« C'est aussi la remise en question fréquente du travail et la recherche perpétuelle de progression. »

Alors quelle est la recette de Xavier ?

Xavier répond modestement qu'il ne fait rien de spécial puis en l'écou- tant raconter son travail, nous commençons à avoir quelques éléments de réponse.

L'histoire mêle la génétique, l'alimentation et les gestes de l'éleveur réalisés toujours avec une intention et du cœur.

Les poussins viennent du Couvoir Dubois à Viriat dans l'Ain. Les poules sont nourries avec un aliment complet bio de chez Cizeron Bio à La Gimond dans la Loire.

Pour prendre soin de son élevage, Xavier suit son instinct.

Lorsqu'il est avec ses animaux, tous ses sens sont en éveil. Il ressent l'am- biance à l'affût de tout ce qui pourrait entraver leur bien-être. Guidé par ses sensations il agit de suite pour rectifier ce qui ne va pas quotidiennement, jour après jour.

Il se dit non technicien et cela décuple son sens de l'observation.

Il pratique, essaye, obtient un résultat, analyse, cherche le pourquoi et réflé- chit aux améliorations pour progresser puis recommence.

Il se forme, accompagné par les tuteurs d'Etamine. Il s'enrichit au contact des autres, des dires des anciens, de ses lectures...

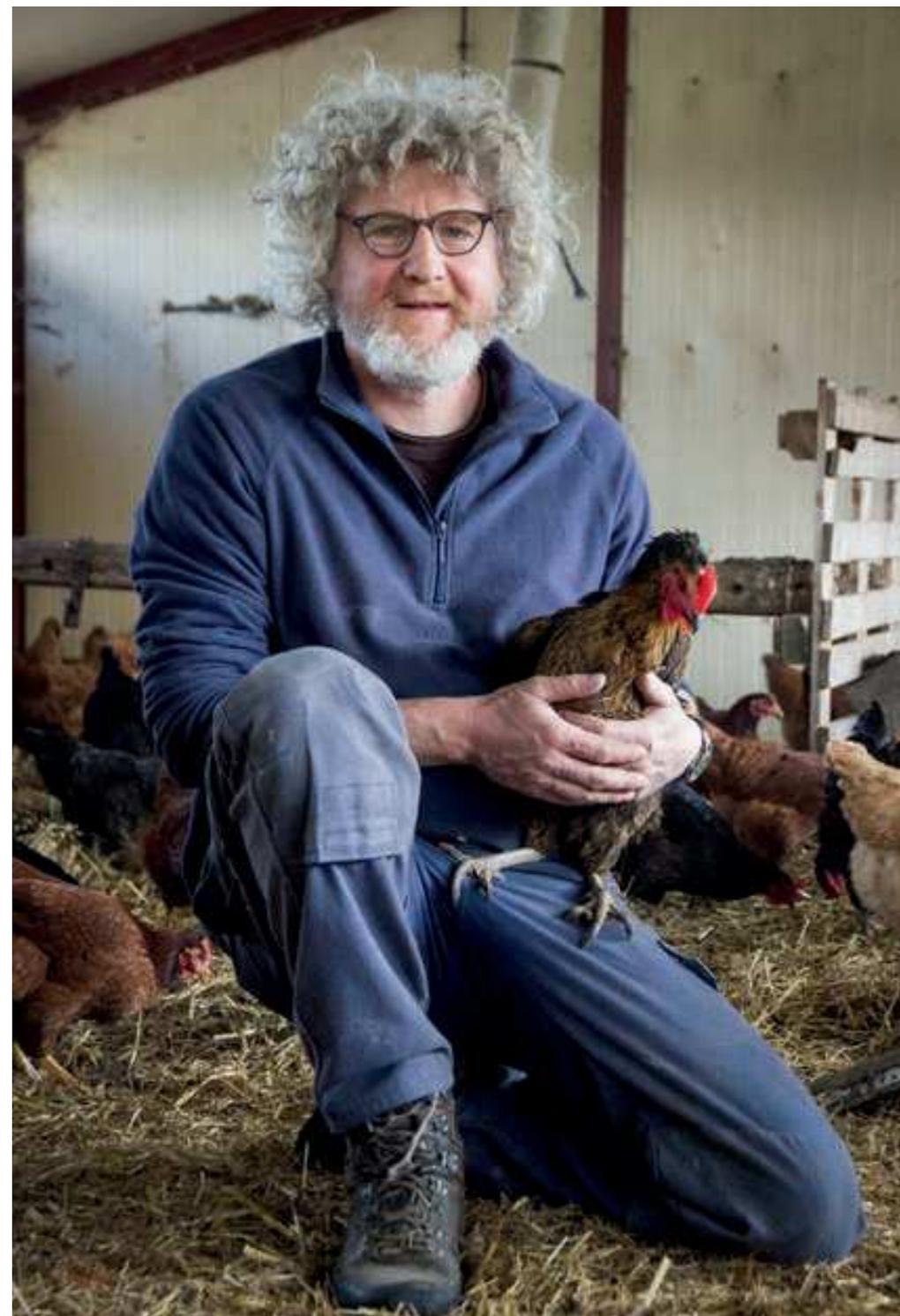
Boulimique d'expériences, comme il se définit, il aime profondément la vie et prendre soin du vivant.

« Le vécu ici nous a donné une base, une assise sur ce que l'on est capable de faire et on va oser aller vers notre idéal, pleinement conscients que le vécu d'ici n'était qu'une étape ».

Cette expérience avec sa compagne Kamela va déterminer leur installa- tion à venir : idéalement, ils la souhaiteraient au sein d'un collectif, sur le Roannais, en réintroduisant la traction animale dans les travaux de la ferme, autour d'une offre de services.

En recherche d'un art de vivre, accueillir et insérer sont les maîtres mots de ces transmetteurs dans l'âme.

« Chasseur cueilleur de relations humaines pour être plus humain demain qu'hier ! »





Qu'est-ce qu'un Espace Test Agricole ?

C'est une ferme, des terrains, des moyens de production (foncier, matériel, bâtiment...) mis à disposition de personnes qui veulent tester une activité agricole.

C'est aussi un dispositif d'accompagnement et de suivi, une animation qui remplissent les fonctions de couveuse et de pépinière.

Etamine en chiffres :

- 1er espace test agricole de la Loire
- 13 ha en agriculture bio
- 12 porteurs de projet
- 5 productions différentes
- Maraîchage, brebis laitières, poulets de chair, poules pondeuses, arboriculture
- 6 structures impliquées
- Roannais Agglomération, ARDAB,
- Vivre Bio en Roannais, ADDEAR 42,
- Lycée Agricole et Forestier de Roanne Chervé Noirétable, Commune de Ouches

Devenir paysan pas à pas

La ferme d'Etamine à Ouches, espace test agricole

Oser, laisser libre cours à ses idées avant de se lancer sur un projet !

Au pied des monts de la Madeleine, la ferme d'Etamine est une ferme pas comme les autres. Ici, à Ouches, on peut s'essayer au métier d'agriculteur, se former et devenir paysan pas à pas

Telle une plante qui pousse, s'épanouit, arrive à maturité et dissémine ses grains de pollen au vent, les testeurs arrivent, expérimentent, se trompent, réussissent, grandissent au fil de leurs essais, développent leurs compétences. Ils deviennent plus forts, affinent leurs visions et leurs idées, confrontent leurs idées aux réalités du monde agricole, social et du vivant.

Un jour, ils quittent l'endroit, s'élancent pour vivre leur projet initial ou un autre, ailleurs, plus riches techniquement et humainement.

Leur passage sur l'espace test a l'effet d'un accélérateur de projet. Entourés par des femmes et des hommes qui les guident, les soutiennent, les connectent à leurs réseaux, les candidats à l'installation gagnent un temps précieux dans leur réflexion et leurs démarches, pour l'accès au foncier, aux capitaux, aux marchés de commercialisation...

Avec ces acquis en main, ils peuvent faire un vrai choix pour la suite : celui de poursuivre ou pas. Leur décision peut être d'ajuster le projet mais aussi de l'abandonner.

Décider de ne pas poursuivre c'est aussi une réussite.

Ce temps pris pour évaluer le projet et s'autoévaluer est en quelque sorte préventif et permet de réduire la prise de risque pour l'avenir.

« Un tremplin pour connaître »

Emmanuel

« Une énergie porteuse »

Xavier

« Une découverte d'un métier avec une autonomie encadrée »

Adrien

« Un test pour notre projet commun »

Nadine et Anne-Laure

En 2013, une problématique est au cœur des débats du PETR (Pôle d'Équilibre Territorial et Rural) : le manque de production maraîchère sur le territoire.

Roannais Agglomération achète la ferme des Millets à Ouches.

Les acteurs agricoles et les collectivités territoriales réunis autour de la table souhaitent, ensemble, trouver des solutions pour notamment alimenter la restauration collective en produits issus de l'agriculture biologique.

L'association **Etamine, de la terre à l'assiette en roannais** naît de cette réflexion en janvier 2016 et s'installe sur la ferme des Millets.

C'est ainsi qu'Etamine devient le premier espace test agricole (ETA) de la Loire et rejoint les 5 autres ETA d'Auvergne Rhône Alpes au sein du réseau national RENETA.

Etamine est un outil supplémentaire, reconnu, à disposition des porteurs de projet dans leur parcours à l'installation.

Ses objectifs sont de faciliter les installations hors cadre familial, de favoriser la transmission progressive d'exploitations sans repreneur, de développer le bio et les circuits courts...

Innovation, bienveillance, ouverture d'esprit sont les maîtres mots d'Etamine qui rassemble les idées et énergies d'une diversité de partenaires au service du développement et du dynamisme du territoire.

« Elle le rend attractif, fait venir des familles dans le Roannais où le lien social est fort, où il fait bon vivre et bon manger ! » Isabelle Janin, co-présidente

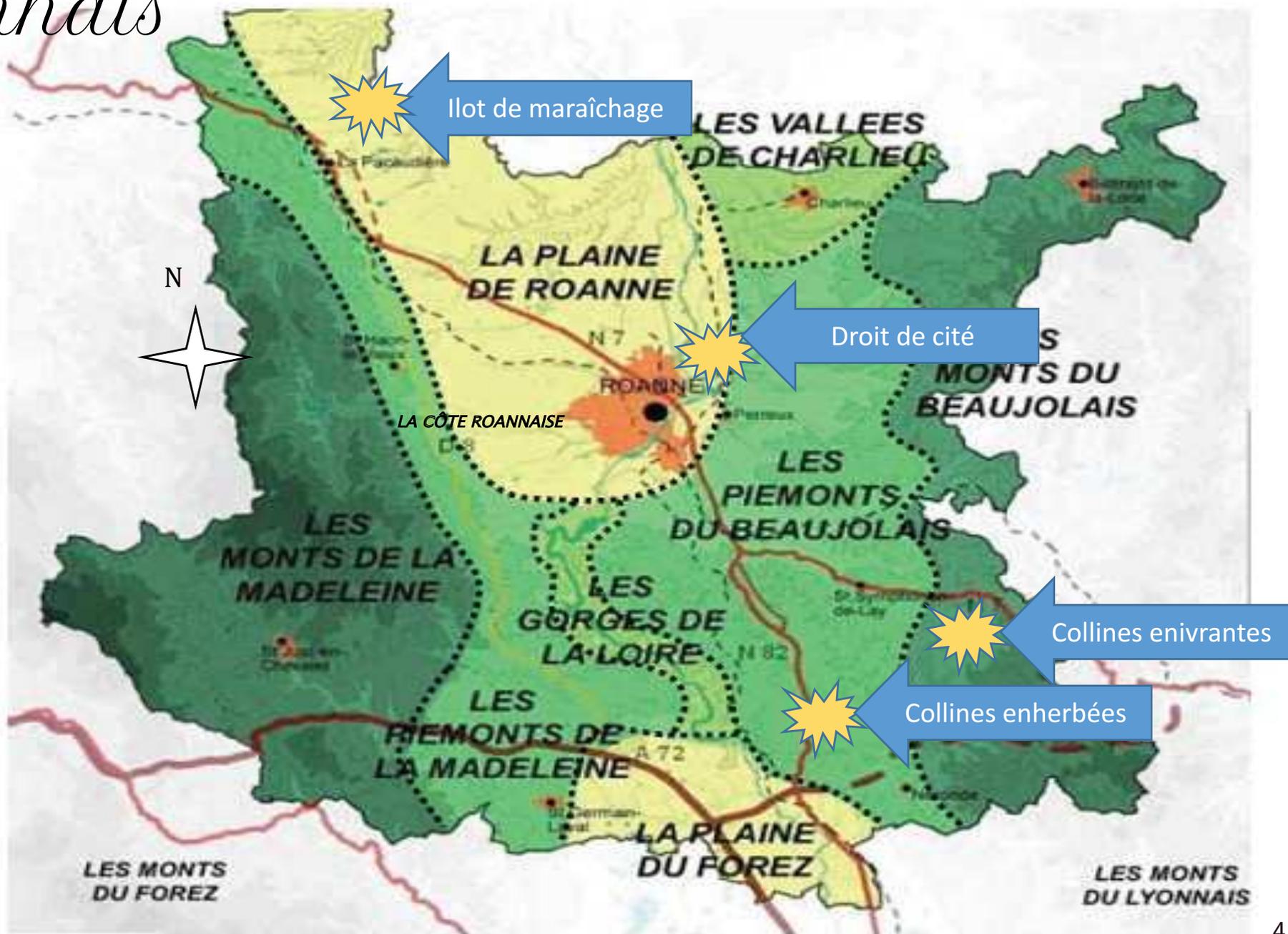
« La diversité d'acteurs fait la richesse du dispositif, chacun apportant sa pierre à l'édifice en fonction de ses compétences. » Nils Maurice, premier animateur, chargé de mission Agriculture au Pays Roannais.



Paysages du Roannais



Regards sur les paysages du Roannais



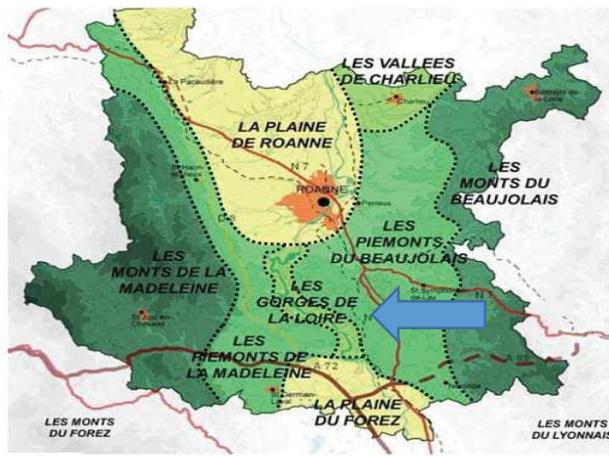


Vagues herbagées du Seuil de Neulise

C'est un paysage ouvert à tous les vents et à toutes les vues... et d'où justement l'on peut « voir venir »... voir venir l'air du temps, d'où vient le vent, le moment de la pluie, les brûlures du soleil ... seuls quelques recoins en pied d'arbre ou à l'abri de haies buissonnantes, précieux parce que rares, abritent un moment le regard affuté par la vue.

Dans ces vagues herbagées de collines douces, les prairies de la ferme ne dénotent ni ne détonnent... au contraire s'inscrivent totalement dans la cohérence du décor. Et si elles ne donnent pas à elles seules la tonalité d'ensemble du paysage, elles contribuent à la subtilité de ses nuances par sa palette de couleurs verdoyantes ou de couleurs plus

chaudes de différentes flores. Bien dans l'ambiance, les prairies de la ferme sont essentielles pour accompagner la continuité du regard de l'arbre proche à l'horizon forézien lointain. Bien plus, elles sont quelques-unes des innombrables parcelles qui composent la continuité du large corridor écologique, creuset de biodiversité.



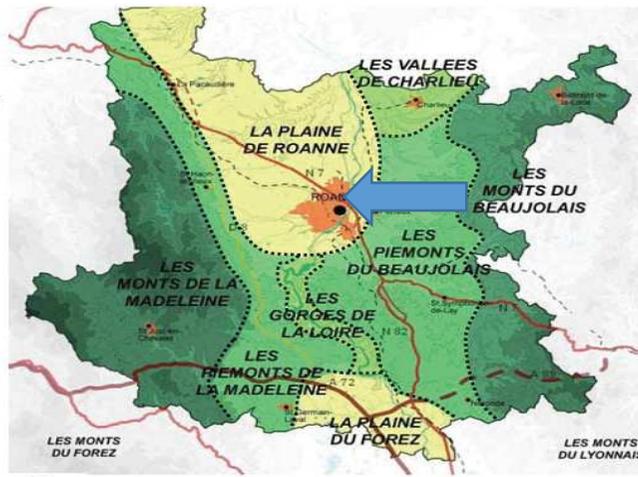


Droit de cité du paysage de Coccagne

Les serres se serrent parce que la ville est proche, laissant juste ce qu'il faut d'espace vital à ce micro paysage de coccagne riche de légumes bio et divers dans la cité. Si les horizons de la vue se heurtent à la verticalité de bâtiments industriels

et de pylônes électriques proches, ceux de la vie s'élargissent grâce à la richesse et à la socio diversité des échanges humains des maraîchers professionnels ou en formation au sein de l'association Bio Cultura.

C'est ainsi une respiration de verdure et de vie collective dans le paysage urbain. Elle pourrait être perçue comme marginale, à la frange de la ville. Elle en est en fait un poumon, et même un des cœurs de biodiversité partagée entre végétalité et humanité.





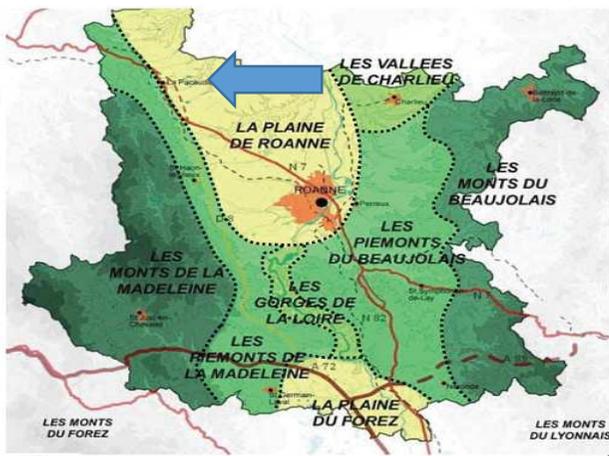
Un îlot de maraîchage au cœur du paysage d'élevage

Venant de Roanne par l'emblématique RN7 en direction du Nord, s'étalent d'abord jusqu'aux pieds des Monts de la Madeleine les paysages ouverts des exploitations de polyculture-élevage. Puis vers La Pacaudière s'annoncent les herbages plus bocagers de l'élevage charolais du Brionnais. C'est là qu'au détour d'un virage surgit l'exploitation maraîchère de Mickaël Rollet.

Véritable îlot, resserré autour de la maison traditionnelle et des bâtiments d'exploitation récents, fait de serres, de rangées de poireaux et de salade, il constitue une véritable respiration de diversité dans l'étendue des herbages et de maïs destinés à l'élevage. Discrète mais présente, la centaine de brebis de la ferme contribue par ses effluents organiques et la valorisation des prairies au cercle

écologiquement vertueux de la polyculture-élevage.

Inspirant un certain ordre par les semis en ligne, mais aussi la spontanéité de la biodiversité par les plantes adventices contrôlées plutôt qu'exterminées, le paysage révèle ce mélange de technicité et d'écoute de la nature propres au maraîchage bio bien conduit.





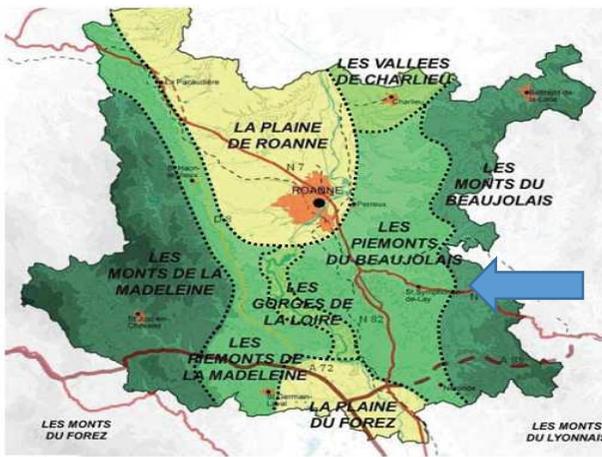
Collines enivrantes des bords du Beaujolais

C'est un paysage douillet offrant aux creux de ses collines des ambiances d'intimité, dans un pré de fond, au bord d'un étang, au cœur d'un marais... mais il est aussi ouvert à tous les vents et à toutes les vues depuis les crêtes qui ouvrent le regard sur les crêts voisins ou par endroits sur les monts lointains du Forez.... de ce paysage l'on peut « voir venir »... voir venir l'air du temps, d'où vient le vent, le moment de la pluie, les brûlures du soleil ... l'on peut aussi dans ses recoins de haies, de combes, de taillis abriter un moment le regard affuté par la vue pour prendre du recul, méditer, et penser sa vie ou simplement l'action faite ou à venir.

Dans ces vagues herbagées de collines douces, les prairies et les terres de la ferme de Rémi ne dénotent ni ne détonnent... au contraire elles s'inscrivent totalement dans la cohérence du décor, accompagnées en cela par les haies et les arbres, ici plus nombreux que de moyenne, et en harmonie avec l'essence – dans tous les sens du terme- du lieu. Et si elles ne donnent pas à elles seules la tonalité d'ensemble du paysage, elles lui donnent la subtilité de ses nuances par sa palette de couleurs verdoyantes ou de couleurs plus chaudes de différentes flores et faunes, révélant la riche biodiversité des cultures en méteil ou des prairies permanentes.

Ce paysage ne peut se fabriquer qu'avec les animaux qui valorisent l'herbe, entretiennent les prairies, véritables ouvertures et respirations côtoyant les horizons plus fermés des taillis. Ainsi vaches et brebis ponctuent et animent ces espaces des couleurs variées du blond ou rouge chatoyant des limousines, brun ou crème de la robe des highlanders, des beiges des toisons des brebis...

Si un mot devait caractériser tout cela, c'est la diversité cohérente, qui par le travail de l'homme et la présence des troupeaux permet à la nature sans s'épuiser d'exprimer toutes ses ressources.



L'intelligence collective en action



Place du marché... les dézingués au creux des liens

C'est un lieu de consommation... certes... mais surtout un lieu d'échanges, de discussions, de débats au gré des partages de repas vite pris lors de la pause de midi ; ou de pots communs aux pauses de la journée. Situés à l'orée du marché, les Dézingués sont par leur proximité, propices à la pause improvisée où se poursuit une discussion commencée autour de

l'étal, entre producteurs, entre producteurs et consommateurs, entre consommateurs et consom'acteurs... sur les projets et points de vue de chacun et de tous, sur les commentaires informels sur la dernière ou prochaine réunion de Vivre Bio, sur les actions envisagées ou envisageables, et de toutes les façons sur le devenir de la planète...

C'est un lieu d'émergence d'idées, mais aussi de leur mise en culture, de leur fertilisation, de leur irrigation... on connaît la filière de la fourche à la fourchette... les dézingués et le marché c'est en plus du lien commercial l'itinéraire renouvelé du cultural au culturel...

Les passagers du temps... d'une formation

Un domaine où il n'y a pas de recettes toutes faites, c'est bien celui de la formation... alors apprendre autour d'une recette, cela ne manque pas de sel ! Et en faire tout un plat ne peut que susciter le plaisir des mets ! C'est en tout cas le pari fait par l'équipe pédagogique du Lycée de Chervé ou celle de l'IUT de Roanne.

Club Cuisine, Concours de recettes ont pour ambition de créer et

d'apprendre ensemble dans une dynamique collective... Apprendre ensemble, c'est déjà la convivialité, et le partage de ce que chacun sait. Apprendre en faisant c'est en plus partir de son expérience tout en l'enrichissant...

Dans l'esprit club de ce lieu se croisent, se côtoient les élèves devenus pour un temps gens du voyage culinaire.... Ainsi, mine de rien, le club cuisine et le concours sont à la fois un lieu de mémoire et

d'essaimage... Mémoire entretenue, renouvelée, animée par Pascale et ... et leur présence dans la durée, leurs relations avec d'autres professionnels amateurs de qualité, par exemple lors de rencontres Vivre Bio... Essaimage par les élèves lorsqu'ils prennent leur envol, devenant dans leur parcours futur passeurs de savoirs et de savoir-faire culinaires au service de familles, de consommateurs, de goûteurs et de gourmets...

Club de Cuisine Chervé : cuisiner ensemble

Perreux – 18 heures

8 jeunes avec leur tutrice et enseignante

Ils font partie du Club de Cuisine du Monde. C'est un temps bénévole, volontaire pour participer à ce club situé dans l'enceinte du Lycée de Chervé.

La plupart font partie de l'Association ALESA (Association Lycéens Etudiants Scolaires Apprentis) : association dynamique gérant diverses activités tels que le modélisme, la danse, la photo, le maquillage, l'équitation et le bar ouvert tous les jours pour les internes. Ils mettent en place des animations très régulièrement.

Pour notre atelier, le choix de la recette a été fait par l'ensemble de la classe. Ils ont choisi la recette d'une Tartiflette à la tomme de chèvre. Voir tableau détaillé des ingrédients et la grille cahier des charges.

Nous sommes reçues, Véronique et moi, dans la cuisine de l'ancien Château du Lycée. Une cuisine disposant de plusieurs éviers, cuisinières, étagères et d'un matériel semi-professionnel. L'ambiance est joyeuse et musicale. Toutes et tous sont affairés à diverses tâches qui vont de l'épluchage des légumes, au nettoyage des

ustensiles de cuisine jusqu'à la préparation des plats... Certains ont revêtu le tablier de couleur rose, d'autres restent en tenue sportive et d'autres encore avec une allure plutôt citadine. La musique de fond rythme avec les discussions qui se croisent... des discussions d'ailleurs pas toujours en lien avec la cuisine. C'est l'occasion d'évoquer les dernières notes, les prouesses de certains, l'actualité du moment... Mais se dégage un sérieux dans la façon de cuisiner, l'envie de bien faire, le partage de connaissances culinaires... L'humeur reste joviale... bon enfant...

Quelques réflexions prises au vol

Lou : ça fait réfléchir ce qui est mis dedans parce qu'ils mettent des antibiotiques ! On essaie de faire travailler les producteurs locaux

Paul : voisin d'agriculteur – Aujourd'hui on a besoin d'optimiser les rendements – Le Bio, c'est plein de papiers ! Il y en a plein qui changent maintenant ! Mais le sans engrais, la nourriture naturelle, les huiles essentielles ça ne suffit pas et tu t'endettes de toute façon ! Il y en a qui se spécialisent et qui deviennent des amateurs de fromages...

Alexandre : de t'te façon, l'agricole on se fait « bouffer » par les grands ! Tout le monde nous bouffe ! Faut arrêter d'aller chercher de la viande de merde qui vient d'ailleurs !!!

Tout ça, c'est à cause des grandes surfaces...

Marius : ça sent bon ! Mais c'est bizarre ce goût ! La salade, Etienne, tu gaspilles ! Ce sont les sous d'Alesa, il faut en prendre soin !

Nathan : j'aime la cuisine, j'aime bien manger c'est pourquoi je suis là !

Lou : ça fait 3 ans qu'on vient avec Alexandre. On est bien ici ! On profite de tout le monde, on est entre amis. C'est important ! Parce que la cantine, c'est chiant ! Si on met trop de temps pour manger, on nous vire ! (Ils ont de 11h45 à 12h15 pour déjeuner et ils sont expédiés par les surveillants si ils prennent trop de temps !).

Marina : moi j'aime bien ce club parce qu'on apprend par la cuisine de nouvelles cultures. J'adore cuisiner ! C'est même une passion ! Mes parents ont toujours cuisiné.

Lou : je veux faire des études de cuisine ! Mes parents avaient un restaurant. Ici, ça change de la nourriture du self ! Là au moins je peux rajouter ma petite touche personnelle !

Marius : c'est sympa ces moments ici ! On s'amuse bien ! On mange un peu mieux qu'à la cantine, en fait il y a une vraie différence. Et ben c'est surtout parce qu'on cuisine nous-mêmes !



Etienne : je voulais découvrir ce club cuisine... depuis que j'en entends parler (dit-il en épluchant les pommes de terre). En tant que Vice-Président d'Alesa, je me devais de connaître ce qu'ils font. Je suis donc là pour la première fois ! C'est convivial visiblement et comme j'aime bien cuisiner, je sens que ça va me plaire.

Pierre : c'est la même chose pour moi, en tant que Président, je viens découvrir cet atelier. C'est important et ça me sort de mes études et de mes responsabilités, de tout le travail administratif que je dois assurer tous les mercredi après-midi... mais on ne peut pas être partout !

La Tutrice et enseignante à la fois : ce club lui demande un

grand investissement. Elle a la charge des approvisionnements, ce qui représente un temps passé à la recherche des matières premières mais elle prend beaucoup de plaisir à partager avec ses étudiants, créant une complicité qui se retrouve en cours.

Un point est fait avec elle sur l'approvisionnement des ingrédients. Elle a l'habitude de faire ses courses à Super U, une surface moyenne de l'agglomération roannaise. Pour la recherche du vin, elle a demandé au chef de rayon alcool de chercher un vin blanc local qu'il a réussi à trouver. Pour la tomme de chèvre, elle a fait appel à Alla BOURGIER, productrice bio à Vendanges (42), en élevage de chèvres et brebis,

responsable du Gîte Bouton d'Or et qui est une de ses amies. Elle n'a pas eu trop de difficultés pour s'approvisionner sur l'ensemble de cette recette.

Nous avons passé à table vers 20 heures. Nous avons pris ce moment tous ensemble même si il fut entrecoupé de chamailleries et écourté pour certains qui allaient prendre leur douche puisque l'extinction des feux à l'internat est à 21 heures.

Ils nous avaient préparé une salade avec des flans au bacon, ensuite la tartiflette à la tomme de chèvre et un crumble aux pommes en dessert. Nous nous sommes régalez... Ce fut délicieux.

Lexique

AVE : Aménagement Valorisation des Espaces, CGEA : Conduite et Gestion d'une Exploitation Agricole, SAPAT : Service A la Personne et Au Territoire, STAV : Science Technologique Agronomie du Vivant, TPA : Techniques de Production Agricole

IUT de Roanne : Jeune et petit budget riment-ils avec bien manger ?

Voilà la démonstration de jeunes étudiants de l'IUT de Roanne

Amélie, Margot, Hugo et Alexandre ont plusieurs points communs.

Ces 4 jeunes gens sont étudiants en deuxième année à l'IUT de Roanne ; ils préparent leur DUT Gestion des Entreprises et Administrations ; ils sont sensibilisés au problème de l'alimentation des jeunes.

C'est donc tout naturellement qu'ils reprennent les rênes de « Bien manger en Roannais » dans le cadre de leur projet tutoré.

Respectivement présidente, vice-présidente, trésorier et secrétaire de cette association née en 2016, ils s'engagent à la faire perdurer. Poursuivre et diversifier les actions, voilà le défi qu'ils se sont lancés,

accompagnés dans l'aventure par leur enseignante référente,

C'est le plus souvent durant leur vie étudiante que les jeunes mangent le moins bien. Le manque de temps et d'argent les poussent vers des plats préparés, une consommation excessive de féculents ou une fréquentation de la restauration rapide.

Selon une enquête IPSOS, publiée par Le Monde en 2012, un jeune français sur 5 est en surpoids ou obèse. Les 15-25 ans estiment que l'alimentation n'est pas un poste de dépense prioritaire et 61 % d'entre eux mangent leur repas devant un écran au moins une fois sur deux. Grignotage, repas sautés ou avalés à toute vitesse, budget réduit consacré à l'alimentation sont

autant de mauvaises habitudes relevées par cette enquête.

Or, une alimentation de qualité et équilibrée est primordiale pour la santé et pour optimiser la performance intellectuelle et réduire la sensation de fatigue.

Partant de ces constats, nos 4 jeunes agissent pour sensibiliser le plus grand nombre d'étudiants aux questions d'alimentation, faire découvrir des produits bio du territoire roannais et les rendre accessibles à tous.

Alors, que proposent-ils ?

Une vente hebdomadaire de paniers à un tarif avantageux est organisée avec des légumes et/ou fruits biologiques, frais et locaux, en provenance de l'association roannaise Bio Cultura et des produits de la petite Maison du Bio.

Tous les jeunes et le personnel du campus peuvent commander via le site mis en place depuis ... et récupérer leurs courses, les mercredis midi et soirs.

Des recettes de cuisine simples et rapides sont mises également à disposition. Des ateliers de cuisine sont proposés avec des restaurateurs des Tables Roannaises.

La communication sur les actions est active via différents supports créés : posters, affiches, flyers, vidéos et messages sur les réseaux sociaux, Facebook et Instagram.

S'agissant d'alimentation, et bien, des évènements et manifestations spécifiques sont organisés pour alimenter la réflexion : en 2019, la projection du film Sugar Land à

l'espace Renoir, suivie d'un débat avec des professionnels de santé a rassemblé 300 personnes.



Les défis Familles Alimentation Positive : la qualité accessible

Partant du constat que l'alimentation de qualité est un droit auquel chaque individu doit pouvoir jouir, l'ARDAB a mis en œuvre le défi Familles à Alimentation Positive dont l'objectif est d'accompagner des foyers éloignés de l'alimentation durable, pour montrer qu'une alimentation biologique, locale et de saison ne coûte pas plus chère. C'est dans cet objectif que de deux défis ont été réalisés sur le territoire Roannais avec une soixantaine de foyers participants. Au menu : ateliers pratiques et ludiques (cuisine, jardinage...), temps d'échange sur la diététique et l'agriculture biologique, visites de ferme et relevé des achats alimentaires pour mesurer la progression au cours du défi.

Via cet accompagnement, les foyers ont augmenté leur consommation de produits biologiques de 10 points (passant à 36%) et leur part de produits locaux achetés de 6.5 points, le tout, en réduisant leur coût de repas de 0.29 cts (passant de 1.50€ à 1.21€). Ce défi a permis d'initier de grands changements au sein des foyers : plus de produits frais consommés et davantage de cuisine ; une plus grande importance face à l'origine des produits et une relation plus forte avec les producteurs locaux. Tous les foyers ont souhaité poursuivre leur démarche pour une alimentation durable en consommant davantage de produits biologiques et locaux.

Quelques témoignages :

« Nos rencontres régulières autour du bio m'ont stimulé. Envie de varier les saveurs pour le plaisir des yeux et des papilles. On a fait ensemble, vu le fruit de notre travail et mangé ensemble : temps fort !»

« Mon plus jeune fils (5 ans) conseille les gens dans le supermarché : "Tu es sûr que ce légume est bio et local ?"»

« - j'ai pris plus conscience de l'importance de l'alimentation dans mon quotidien. J'ai mieux compris le fonctionnement de la digestion grâce à l'intervention très intéressante de la diététicienne Nancy Riamon. »

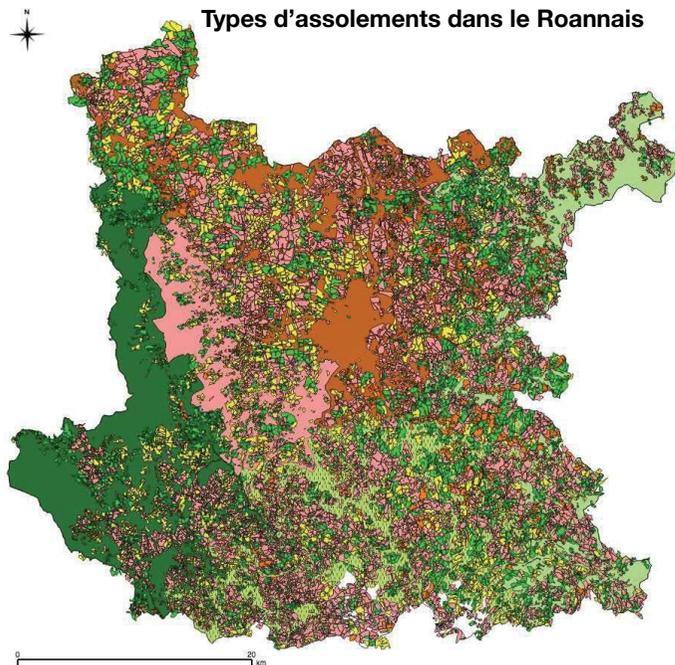


Production alimentaire : quelle empreinte écologique ?



La « ferme » Roannaise

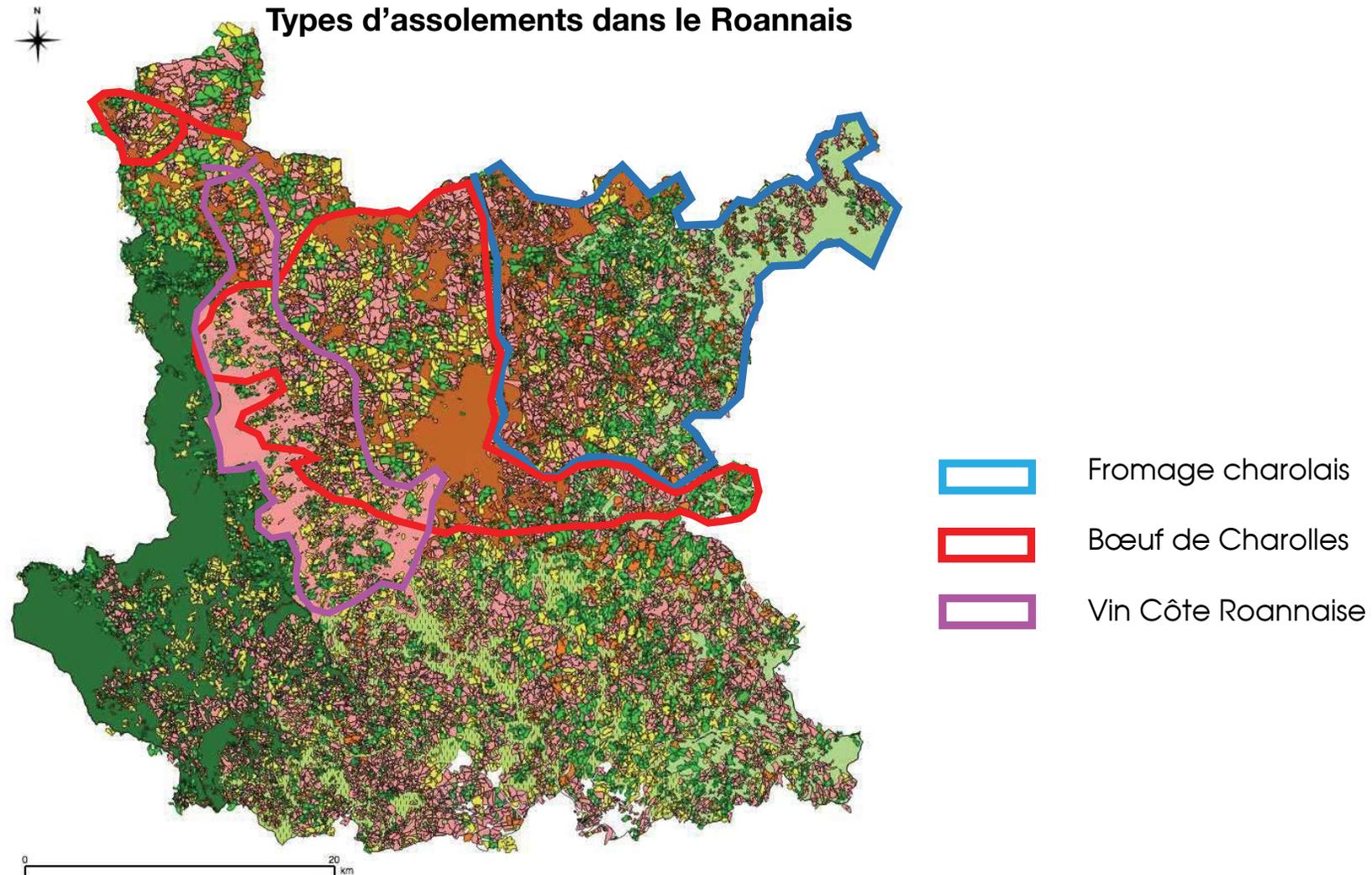
En 2016, environ 1 600 exploitations valorisent 98 000 hectares.
La polyculture élevage, surtout bovin, est très dominante



Type de production	Nombre	SAU
Exploitations bovins viandes (vaches allaitantes)	1 150	68 217
Exploitations bovins laits (vaches laitières)	240	16 513
Exploitations ovins	157	12 836
Maraichage	28	115
Viticulture	30	
TOTAL	1 605	97 681

La « ferme » Roannaise

3 appellations d'origine contrôlée dans le Roannais, signes d'une agriculture de qualité de terroir



La « ferme » Roannaise

Si l'on calcule sous forme d'énergie :

- produite sous forme de lait, viande, céréales...

par rapport à l'énergie

- consommée pour produire, carburants, engrais, aliments, carburants, matériels et bâtiments,
- Les exploitations dites bio et locales sont plus efficaces.

- Par exemple :

- ✓ Les 30 exploitations laitières en bio consomment 10 200 Méga Joules par hectare, mais en produisent 10 500. Elles sont donc quasiment en équilibre.

- ✓ Les 210 exploitations laitières intensives consomment 23 700 Méga Joules par hectare mais en produisent 16 000. Elles sont en déficit de 30%

DES EXPLOITATIONS QUI ALOURDISSENT PEU L'ENDETTEMENT ECOLOGIQUE

On le sait aujourd'hui, l'homme vit à crédit par rapport au renouvellement des ressources nécessaires pour satisfaire ses besoins... à partir de Juin en France en 2016, nous empruntons à nos enfants les ressources que nous utilisons. Pourquoi ? Parce que tout simplement nous prélevons trop, non seulement sur les ressources fossiles pétrolières ou minières qui ne sont pas renouvelables, mais aussi nous ne laissons pas aux ressources naturelles le temps de se renouveler, que ce soit par exemple le bois des forêts, sur la fertilité des sols, la pérennité des espèces animales et végétales ...

Les agriculteurs qui produisent les aliments valorisés dans les recettes de ce livre ont le souci de ne pas hypothéquer l'avenir en cherchant

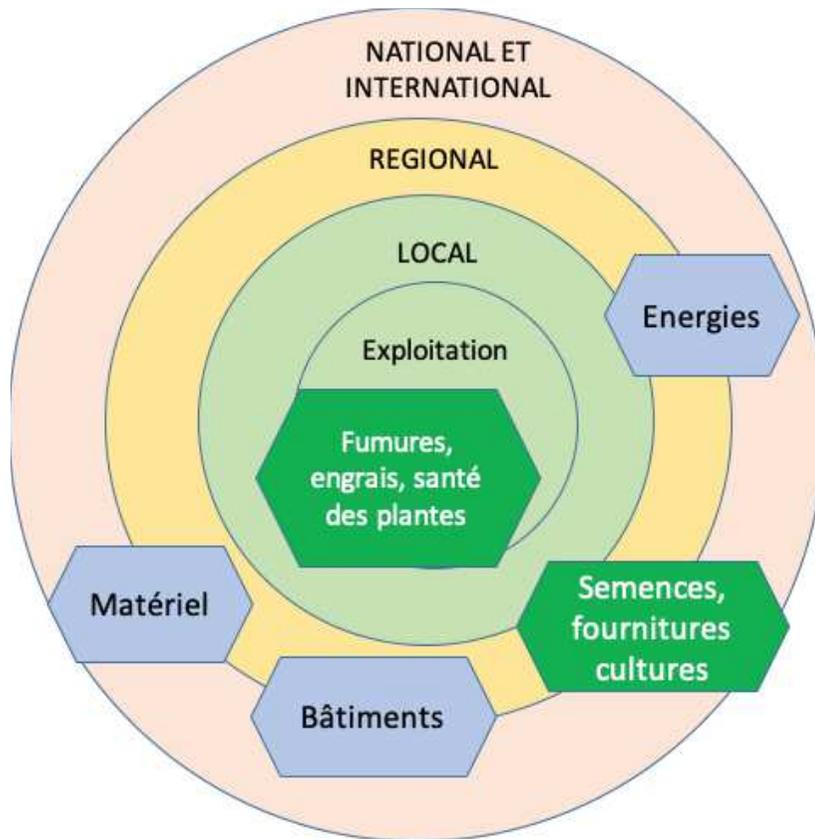
à se servir des ressources en veillant à leur rythme de renouvellement. Bien sûr, ils sont consommateurs de ressources minières et pétrolières qui servent à la fabrication de leur matériel, il y a peu à ce jour d'alternative, si ce n'est des innovations d'auto construction et d'auto-réparation de matériel et de bâtiment développés en France par l'Atelier Paysan... c'est une première piste d'amélioration. Une autre est par exemple de privilégier des matériaux végétaux (bois, paille, chanvre...) dans les constructions.

L'énergie directe (carburants, électricité, gaz...) utilisée est au moins en partie d'origine fossile, mais cette part peut être réduite en améliorant les approvisionnements par exemple en énergie renouvelable locale ou en achetant chez des fournisseurs qui proposent de l'électricité produite à partir de

ressources renouvelables comme l'énergie hydraulique ou fluviale... ce sont d'autres pistes d'amélioration. Nous ne parlons pas volontairement de bioethanol dont l'efficacité énergétique est l'objet de débats.

De l'exploitation s'approvisionne en ressources plus éloignées pour ce qui concerne une part importante de l'énergie (carburants, électricité...) ou les matériaux des bâtiments ou le matériel.

Dans l'exploitation en biolocal, l'essentiel des ressources pour les cultures (fertilisation, traitements sanitaires...) sont soit produites sur l'exploitation, soit dans un environnement proche.



Pour en savoir plus.....



*L'intelligence collective, c'est
quoi ?*



L'intelligence collective, c'est quoi ?

Après pendant cinq ans avoir tourné autour, et nous l'espérons l'avoir approchée voire mise en œuvre bien qu'imparfaitement, il nous apparaît que :

- L'intelligence collective n'est pas seulement :
 - Un club « Tupperware »...*
 - Un groupe de travail
 - Une mise en commun d'informations
 - Un lieu d'échanges d'idées...
 -

- Elle est par contre un peu de tout cela mis en musique,
 - avec une once de travail collectif voire collaboratif,
 - une grosse pincée de co-production de savoirs,
 - beaucoup de ressources cognitives et relationnelles mobilisées ou activées,
 - et surtout une forte volonté collective de comprendre la situation pour pouvoir agir en connaissance de cause.

C'est comme cela que les membres de Vivre Bio en Roannais, avec des chercheurs, des personnes du corps médical, des cuisiniers, agriculteurs, se sont mis ensemble pour essayer de comprendre ce qu'est la qualité alimentaire, et comment on pouvait tous se mettre en démarche pour le mettre en œuvre. Ce recueil est là pour vous faire partager les fruits de leurs travaux....

L'autonomie alimentaire, c'est quoi ?



L'autonomie alimentaire

L'un des maître mots des politiques alimentaires actuelles, qu'elles soient régionales ou nationales, est la relocalisation de la production alimentaire... terme ou slogan qui peut revêtir des intentions multiples, et surtout correspondre à des stratégies politiques – lorsqu'elles existent - fort diverses.

Il est lié bien souvent à la prise de conscience de la fragilité des approvisionnements des villes et au peu de stocks en cas de problèmes. En effet ceux-ci correspondent la plupart du temps à quelques jours seulement des besoins de la population, et seulement 2% des aliments consommés dans les agglomérations sont issus de produits locaux.

« L'aire urbaine d'Avignon est la plus autosuffisante de France avec une autonomie alimentaire de 8,2 %, suivie par Valence (6,43 %), Nantes (6,37 %) et Angers (6,36 %). À l'inverse, avec un taux d'autosuffisance inférieur à 0,2 %, les

aires urbaines de Thionville, Compiègne, Creil et Forbach se situent en bas de classement. »¹

La sécurité alimentaire, telle que la définit le CSA, « est assurée lorsque tous les êtres humains ont, à tout moment, la possibilité physique, sociale et économique de se procurer une nourriture suffisante, salubre et nutritive leur permettant de satisfaire leurs besoins et préférences alimentaires pour mener une vie saine et active. »²

Dans cette acception elle relève donc de la recherche d'approvisionnements alimentaires sécurisés, avec l'idée dans le cas de relocalisation de la production que l'autonomie plus forte en aliments produits localement renforcerait cette sécurité. Ainsi comprise elle est plus proche de la notion de souveraineté alimentaire que de retour à une relative autarcie liée à un repli sur soi.

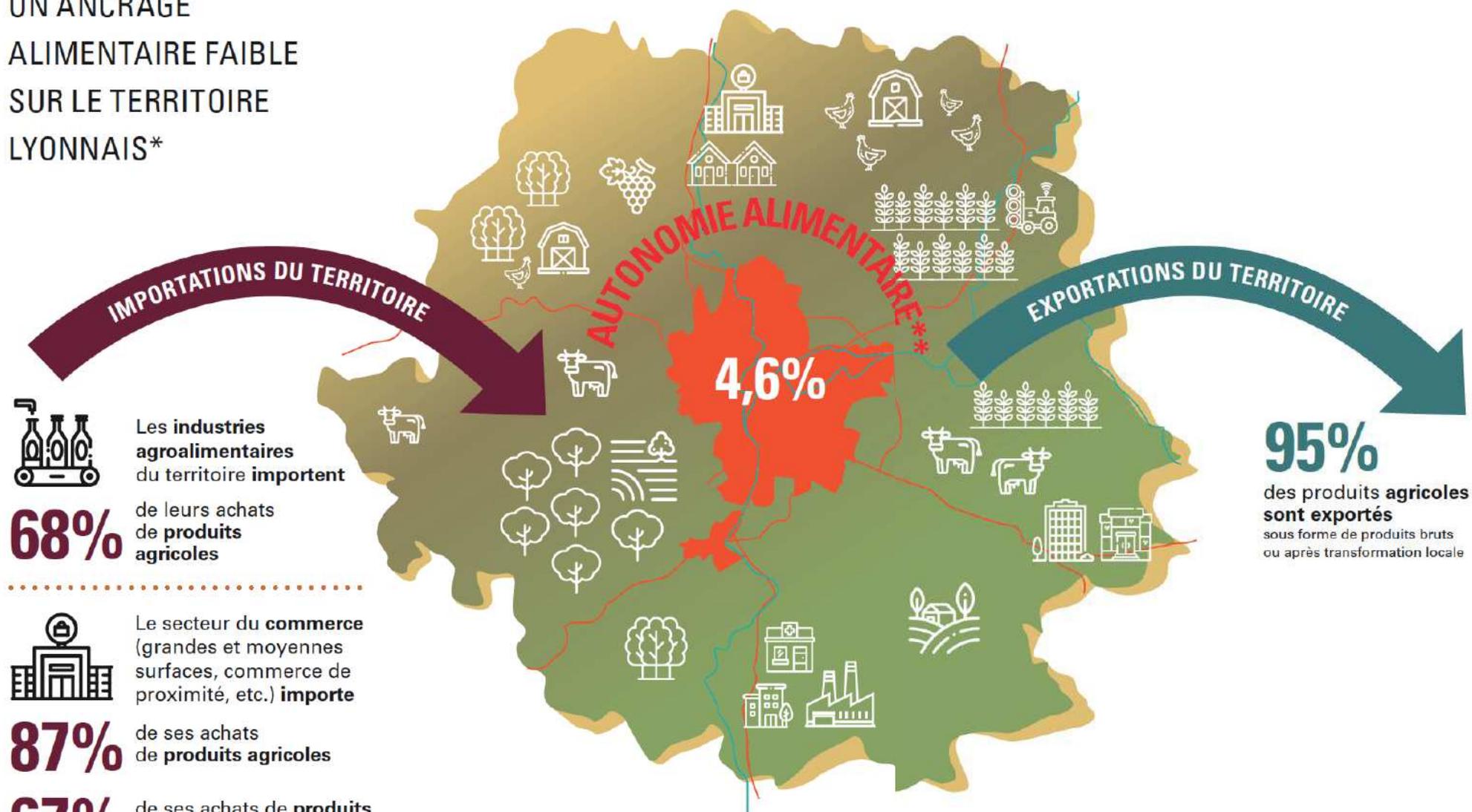
Elle relève aussi d'un véritable enjeu politique et, comme facteur de souveraineté alimentaire, d'une réappropriation de politique

agricole par les acteurs territoriaux, particulièrement les acteurs publics. « Caractérisée comme « un droit humain fondamental » et comme « une précondition pour une véritable sécurité alimentaire », puis comme un « droit des populations, des communautés et des pays, de définir leurs propres politiques concernant l'agriculture, (...) qui soient écologiquement, socialement, économiquement, et culturellement appropriées à leurs spécificités », avant d'être, en 2007, entendue comme un « droit des peuples à une alimentation saine », la notion de souveraineté alimentaire se caractérise, encore aujourd'hui, par un contenu relativement incertain. »³

Lorsqu'elle est de nos jours invoquée par les agglomérations et les territoires, la recherche de sécurité alimentaire est novatrice au sens où elle « relocalise » une préoccupation devenue au vingtième siècle l'apanage de politiques nationales.

Autonomie alimentaire de la Métropole de Lyon (source : Métropole de Lyon)

UN ANCRAGE
ALIMENTAIRE FAIBLE
SUR LE TERRITOIRE
LYONNAIS*



Les industries agroalimentaires du territoire **importent** de leurs achats de **produits agricoles**

68%



Le secteur du **commerce** (grandes et moyennes surfaces, commerce de proximité, etc.) **importe** de ses achats de **produits agricoles**

87%

67%

de ses achats de **produits agroalimentaires**



Le secteur de **l'hôtellerie-restauration** **importe** de ses achats de **produits agricoles**

95%

de ses achats de **produits agricoles**

95%

des **produits agricoles** sont **exportés** sous forme de produits bruts ou après transformation locale

AUTONOMIE ALIMENTAIRE PAR TYPE DE PRODUCTION AGRICOLE



9,5% Culture de légumes



7,5% Élevage de bovins laitiers



4,1% Élevage de volailles



3,1% Culture de riz, légumineuses et oléagineuses



2,6% Culture de fruits

* 50km autour de Lyon
** Part des produits agricoles locaux dans l'ensemble des produits agricoles entrant dans la composition de l'alimentation des habitants (en valeur)

L'autonomie pour sécuriser l'alimentation

La sécurité alimentaire, telle que la définit le CSA, « est assurée lorsque tous les êtres humains ont, à tout moment, la possibilité physique, sociale et économique de se procurer une nourriture suffisante, salubre et nutritive leur permettant de satisfaire leurs besoins et préférences alimentaires pour mener une vie saine et active. »²

Dans cette acception elle relève donc de la recherche d'approvisionnements alimentaires sécurisés, avec l'idée dans le cas de relocalisation de la production que l'autonomie plus forte en aliments produits localement renforcerait cette sécurité. Ainsi comprise elle est plus proche de la notion de souveraineté alimentaire que de retour à une relative autarcie liée à un repli sur soi.

Elle relève aussi d'un véritable enjeu politique et, comme facteur de souveraineté alimentaire, d'une réappropriation de politique agricole par les acteurs territoriaux,

particulièrement les acteurs publics. « Caractérisée comme « un droit humain fondamental » et comme « une précondition pour une véritable sécurité alimentaire », puis comme un « droit des populations, des communautés et des pays, de définir leurs propres politiques concernant l'agriculture, (...) qui soient écologiquement, socialement, économiquement, et culturellement appropriées à leurs spécificités », avant d'être, en 2007, entendue comme un « droit des peuples à une alimentation saine », la notion de souveraineté alimentaire se caractérise, encore aujourd'hui, par un contenu relativement incertain. »³

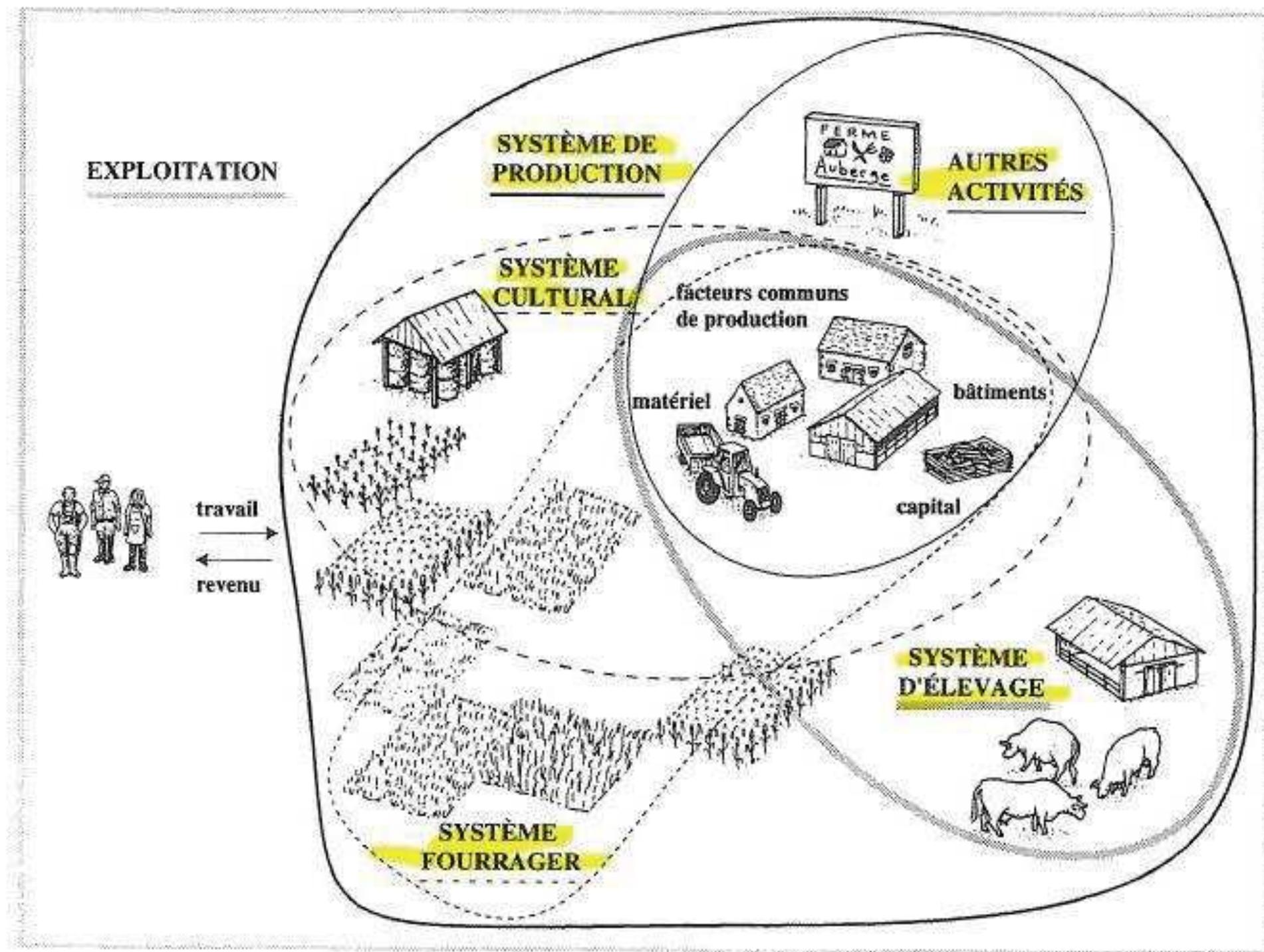
Lorsqu'elle est de nos jours invoquée par les agglomérations et les territoires, la recherche de sécurité alimentaire est novatrice au sens où elle « relocalise » une préoccupation devenue au vingtième siècle l'apanage de politiques nationales.

Relocaliser les productions est-il suffisant ?

L'autonomie alimentaire ne peut être définie dans l'absolu mais doit répondre aux objectifs politiques des acteurs. Si, comme nous l'avons en premier lieu définie comme structurelle, soit une "simple" recherche d'équilibre entre consommation et production alimentaires, sans se soucier des dépendances du territoire en ressources nécessaires à la production, une évaluation de l'équilibre entre offre provenant des exploitations agricoles locales et besoins des habitants du territoire est en soi suffisante.

Dans l'exemple de la Métropole de Lyon, l'Agence d'Urbanisme a mis au point un « calculateur »⁴. Celui-ci permet en premier lieu d'évaluer les besoins alimentaires des consommateurs. Il est fondé sur les estimations, à partir d'enquêtes, des habitudes de consommation élaborées dans le cadre du projet Afterres de Solagro⁵. Une fois quantifiés les besoins en quantités d'aliments de diverses catégories, ce calculateur permet d'évaluer les surfaces agricoles nécessaires à leur production. Pour cela il intègre les

Le système de production agricole



Filières alimentaires

AMONT

PRODUCTION

AVAL

Ressources entrantes :
engrais, produits phyto sanitaires, aliments importés, énergies importées...

Engrais phyto
énergie

Aliment véto
énergie

Cultures

Fumures organiques

Cheptels

aliments animaux

aliments humains

aliments humains

Transformation, échanges, ...

Agro-alimentaire, circuits courts, commerces...

références moyennes à l'hectare pour tous systèmes de production confondus, à partir des références technico-économiques des instituts techniques. Ainsi, pour nourrir les 1 350 000 habitants de la métropole de Lyon, les besoins en surfaces agricoles nécessaires sont estimés à 651 731 hectares, dont 107 583 ha de céréales, 119 435 ha d'oléoprotéagineux, 340 679 ha de surfaces en herbe, 34 389 ha de maïs fourrage, 5 110 ha de légumes, 4 000 ha de fruits, 4 535 ha de plantes industrielles.

Le premier intérêt de ce type d'outil est de quantifier les surfaces agricoles nécessaires. Avec 12 000 ha recensés au dernier RGA, il est clair que la métropole en elle-même ne peut être autonome. En consommant la totalité de ses productions elle ne pourrait atteindre que 2% d'autonomie. Dès lors, le périmètre optimum de production locale permettant d'atteindre un niveau d'autonomie souhaitée peut être évalué. Cette évaluation peut s'enrichir de scénarios jouant sur d'autres référentiels de modes de

consommation alimentaire, par exemple en réduisant les consommations de viande annuelles par habitant. Par contre, basé sur des références moyennes concernant l'agriculture, il ne peut permettre une réflexion sur les modes de production agricole, et leur dépendance en intrants nécessaires à leur activité.

Ou faut-il relocaliser aussi les ressources nécessaires à la production ?

De fait, les différents modes de productions agricoles utilisent de manières diverses les ressources dont ils ont besoin. Par exemple, certains systèmes de production laitière utilisent essentiellement des prairies alors que d'autres nourrissent leurs animaux avec des maïs fourragers. Selon les systèmes, un litre de lait ou un kilo de viande ne demandent pas les mêmes types ni les mêmes quantités d'engrais, d'aliments du bétail, de produits phytosanitaires.

Pour comprendre ces modes de production et évaluer les ressources correspondantes utilisées, il s'agit en premier lieu d'identifier et de

quantifier les systèmes présents dans une aire géographique donnée. Il s'agit ensuite d'identifier et de mesurer un ou des indicateurs suffisamment transversaux pour pouvoir comparer les systèmes agricoles entre eux. Une composante, présente dans les structures et processus de production, peut y répondre : l'énergie. Elle est nécessaire à la production, la transformation, à la fabrication, les transports des ressources et produits. Sans être un indicateur absolu, mais contenue dans toutes les ressources, elle est un révélateur des quantités de ressources mobilisées ou produites par les unités de production.

L'agriculture et le paysage

L'agriculture manuscrite

De tous temps, l'espace agricole s'est trouvé au cœur des espaces ruraux. Jusqu'à la société industrielle et la rurbanisation ou périurbanisation d'un certain nombre de pays, il se partageait le territoire essentiellement avec la forêt, son emprise évoluant au gré des croissances de populations et de leurs besoins alimentaires.

Nous l'avons déjà mentionné, depuis l'époque celtique, les pratiques agricoles ont peu évolué jusqu'au début du vingtième siècle, si ce n'est l'abandon de la pratique de la jachère. La similitude entre les outils de cette époque et ceux utilisés par nos grands-pères en atteste. Traversant les siècles, une

agriculture fruit du travail manuel, aidée parfois de l'énergie animale, et s'adaptant aux formes du territoire et à ses potentiels, a contribué à écrire "à la main" les paysages ruraux. Le contact entre l'homme et la terre n'en était que plus étroit, que ce soit par le temps passé pour travailler une surface ou le contact physique avec cette terre. Les parcelles se mesuraient à la dimension travaillable en une journée par le journal, la mesure, ou autres termes suivant les régions. *"Le chemin apporte et distribue chaque jour ses œuvres et ses ouvriers de la journée. On ne peut même pas dire qu'il répartit des terres : il répartit des journées de travail (...)" (ROUP74).*

Plus que l'agriculteur d'aujourd'hui, par le toucher, l'effort

physique, le temps passé, le paysan mesurait la qualité — ou les contraintes — de sa terre avant de les mesurer par la quantité de produit qu'il pouvait en tirer.

L'agriculture manuscrite se coulait dans les formes du relief, les raies de charrue bases du dessin des parcelles labourées suivant les courbes de niveau. Cette agriculture autarcique de petites exploitations où se cultivait un peu de tout dessinait un *patchwork* de parcelles aux couleurs diverses jusque sur les côtes les plus pentues parfois aménagées en terrasses.

Paysage « manuscrit » se jouant des pentes



La modernité du vingtième siècle s'imprime dans les paysages

En impression sur les pleins et déliés de "l'agriculture manuscrite" se sont peu à peu écrites dans les paysages du vingtième siècle les traces de la modernité. Avec l'augmentation de la productivité, l'arrivée de la motorisation, les carrés de patchwork se sont peu à peu agrandis.

Des cultures plus intensives, notamment fourragères, ont gagné l'ensemble du territoire national. En vagues défiant les lois des "gravités" altitudinale et latitudinale, le maïs est remonté au gré de l'adaptation génétique de ses variétés nouvelles, dans la plupart des plaines, aux flancs des collines du Massif Central et même de certains versants alpins, depuis les plaines chaudes du Sud Ouest. Ont accompagné le maïs dans cette révolution l'extension des prairies artificielles, le développement des engrais minéraux.

Avec la spécialisation des terroirs, les prairies ont recouvert de manière permanente les anciennes terres des régions de montagne orientées surtout vers l'élevage et difficilement labourables avec les moyens modernes. Tout ce qui restait labourable s'est peu à peu couvert de cultures fourragères intensives. Mais "volumineux" dans le paysage des régions où il peut être cultivé, prairies artificielles au vert bleuté par l'ammonitrate, ont pris la place de la plupart des céréales de subsistance.

Certaines régions d'élevage, notamment dans les montagnes les plus hautes ou les plus pentues, se sont couvertes d'herbages, tels les Monts du Beaujolais ou du Forez, et leurs couleurs jouent des nuances de vert d'une saison à l'autre. D'autres régions d'élevage ou de cultures, dont le potentiel offre plus de possibilités de cultures, présentent un paysage aux palettes de couleurs plus variées de bruns, jaunes, verts au gré des cultures et saisons. A chaque pays son paysage. Paysages de nuances des régions herbagères, paysages de

contrastes des régions de cultures, contrastes entre parcelles ou d'une saison à l'autre.

Les couleurs... mais aussi les formes des paysages agricoles ont évolué devant nos yeux. Avec les progrès de la mécanisation, les raies de charrues se sont allongées, bousculant sur leur passage certaines haies ou talus, grimpant parfois à flanc de colline en défiant les sens ancestraux de travail. S'adaptant aux modes nouveaux de production, les parcelles agricoles se sont modifiées, parfois lors de remembrements, souvent au gré d'échanges amiables lorsque la pression foncière n'était pas très forte.

Avec la spécialisation des exploitations agricoles, l'espace s'est "fonctionnalisé". D'une agriculture manuscrite se moulant, s'adaptant aux formes du terroir et à ses potentiels ont succédé des pratiques agricoles mécanisées, décuplant les possibilités, cherchant à adapter l'espace à ses pratiques nouvelles. Il s'en suit une "mise aux formes" fonctionnelles des surfaces

Plain champs fonctionnels



mécanisables et une marginalisation des parcelles à très fortes contraintes qui se sont enfrichées ou boisées.

Cette évolution du paysage agricole a été similaire dans de nombreuses régions. Et les techniques mises en œuvre se sont homogénéisées d'un endroit à un autre, induisant une banalisation... des cultures, des modes de production, des bâtiments avec la diffusion des "stabulations libres". Celles-ci se sont largement étendues, abritant parfois plus de deux cent vaches au point d'en apparaître hors paysages, des sortes de cathédrales modernes et fonctionnelles posées ex cathedra dans le paysage. Du mode de développement "paysan", au sens traditionnel et territorialement autocentré du terme, a succédé un mode de développement cartésien et diffusé de manière coordonnée à l'échelle française, voire européenne. Seules sont souvent restées démarquées les régions aux conditions "extrêmes"... moyennes et hautes montagnes, régions sèches. Cette banalisation s'est accompagnée d'une forte

modification des logiques spatiales où l'on cherche à adapter l'espace plutôt que s'y adapter. Après avoir mis trois siècles à gagner les campagnes, le concept d'aménagement de l'espace rationnel est appliqué maintenant dans les espaces agricoles.

Déchiffrer la friche

Jusqu'à ces dernières années, le rôle de l'agriculture dans le paysage était un "sous-produit" de son activité. De fait, les traces des pratiques agricoles dans le paysage sont la conséquence d'une gestion quasi exclusivement technico-économique des exploitations, l'activité de production étant rémunérée par la vente de ses produits.

De la même manière, les "consommateurs de paysage" tels que les touristes ou les résidents le considéraient comme un effet logique de la présence de l'agriculture, d'autant plus qu'il correspondait à l'image que les groupes sociaux avaient de leurs

pays. Le phénomène de déprise a modifié cet état de fait, par les interrogations positives ou négatives liées au développement de la friche. La prise de conscience que la gestion interne des espaces peut remettre en cause l'équilibre planifié ou implicite entre espaces, et par voie de conséquence le paysage, concerne particulièrement l'espace agricole.

Cette prise de conscience peut entraîner une considération différente par les sociétés rurales de la place et du rôle de l'espace agricole dans l'aménagement de l'espace. La déprise spatiale est le corollaire de la rupture démographique agricole et du poids social relativement diminué des agriculteurs dans les sociétés rurales. *"Les agriculteurs ne sont pas seulement un groupe minoritaire dans la société française. Ils deviennent un groupe socio-professionnel parmi d'autres en milieu rural même (...). En 1968, les actifs agricoles représentaient encore 43% des actifs résidant dans les communes rurales, ils n'en représentent plus aujourd'hui que 16%" (HERV94).*

Paysage de bocage en début de déprise



Ce n'est certainement pas un hasard si, par le paysage, le "poids spatial" des agriculteurs s'impose aux yeux des autres acteurs au moment où leur poids social diminue. Dès lors, l'enjeu pour eux est de transformer ce rôle spatial en un nouveau rôle social en se positionnant en termes de partenaires de l'aménagement et du développement local. Si le milieu rural avait été "empaysannisé" par les politiques agricoles du dix-neuvième et début du vingtième siècle, le défi de la paysannerie d'aujourd'hui sera certainement de se "ruraliser".

Dans le concept essentiellement foncier de l'aménagement, l'agriculture se trouvait dans un rôle d'utilisation d'espaces non retenus pour la construction ou les installations... une sorte de "parenchyme" pour "boucher les trous" au milieu des espaces supports de tissus économiques "actifs". On peut souligner que pour la plupart des collectivités l'espace agricole ne fait pas partie des "zones d'activité"... Bien sûr notre remarque est caricaturale et doit

être prise comme une boutade ; mais l'expression employée ne révèle-t-elle pas un état d'esprit profond de la part de nombreux élus ou aménageurs ?

Or, les effets de la plus forte emprise agricole sur la nature, bousculant les haies, les bosquets, les zones humides, et son corolaire de la déprise des surfaces agricoles inintéressantes pour l'agriculture productiviste sont provocants. Ils incitent les acteurs, notamment les élus, à s'intéresser au devenir de l'espace agricole et à le considérer comme devant être pris en compte et géré en tant que tel. La nature de ces réactions est souvent en premier lieu d'ordre économique : avec le paysage, c'est l'image de marque du pays qui est en cause, avec les effets négatifs que sa "détérioration" — avec tous les aspects subjectifs de cette appréciation — peut entraîner pour le développement d'activités économiques telles que le tourisme.

Ces réactions peuvent aussi être d'ordre culturel et relatives au sentiment qu'avec le paysage qui

change, c'est le pays qui se vide. De fait, l'image de la friche peut être porteuse d'un sentiment de "retraite" devant la nature, de réduction d'activité, de départ des hommes.

Considération nouvelle de la place de l'agriculture

Quoi qu'il en soit, cet intérêt porté par d'autres acteurs que les agriculteurs à la gestion de l'espace agricole, à cause de son impact sur le paysage, le place comme composante à part entière de l'aménagement de l'espace. Cette évolution dans la considération de l'espace agricole est d'autant plus intéressante qu'elle implique forcément les agriculteurs dans une relation sociale interne au pays. Autant le développement économique a intégré leurs exploitations dans des filières où les consommateurs sont souvent éloignés et anonymes, autant les interlocuteurs en matière de gestion

de l'espace sont appelés à être les voisins, les élus de la commune... dans la mesure où ils vivent avec eux le même paysage. Dès lors celui-ci trouve son intérêt comme "moyen de communication" interne au pays, pouvant faciliter les concertations entre acteurs. C'est du moins une hypothèse forte.

D'une reconnaissance implicite du rôle de l'agriculture dans le paysage, le fait de passer à une reconnaissance consciente, voire raisonnée ou rationnelle, pose le problème de la maîtrise des modes de valorisation de l'espace par cette activité... au même titre que pour les autres activités, mais de manière plus complexe. C'est aussi toute la question de sa place dans la recherche d'un équilibre entre les espaces du pays, et sa cohérence avec l'image de ce pays qui est à nouveau soulevée.

Inversement, être partenaire à part entière de leur territoire implique pour les agriculteurs, à l'instar des autres acteurs, d'intégrer la prise en considération consciente et raisonnée dans leurs modes de

gestion de l'espace du devenir global de leur pays et donc de leur paysage, miroir de l'identité territoriale.

Le paysage par l'agriculture

Les agriculteurs ont toujours "fait" du paysage, et en font aujourd'hui, là où ils vivent et travaillent. Leur présence et leur empreinte, plus ou moins ancienne et plus ou moins éphémère, sont révélatrices d'actions et de pratiques. Leur raison d'être peut correspondre à des objectifs économiques, à une justification technique, ou à une attention particulière portée au cadre de vie ou au patrimoine familial... Les raisons sont multiples, sont plus ou moins présentes pour chacun et dépendent inconsciemment de son caractère, de ses goûts et de la manière dont il perçoit son territoire. Sans chercher à être exhaustifs, certains modes de valorisation de l'espace, mettant en évidence les raisons paraissant dominantes, sont intéressants à souligner.

Le "paysage manuscrit" du début du siècle, dont nous pouvons avoir des représentations "objectives" par des documents photographiques, apparaît la plupart du temps d'une lecture "claire et précise" : la forme des lisières, le dessin des parcelles sont précis, les haies entretenues et "tenues" à leur place. Le fait que la main d'œuvre agricole était plus nombreuse, que le travail manuel permettait d'accéder aux "moindres recoins" du paysage, que l'agriculture autarcique et peu productive avait besoin de surfaces importantes sont des facteurs socio-économiques et techniques pouvant expliquer ce constat.

Mais les raisons en sont certainement aussi plus complexes. Car les paysans étaient imprégnés de la culture de leur pays acquise au fil des générations et au fur et à mesure d'inventions et d'adaptations au milieu. La fierté du métier, le sens du "travail bien fait"

Cultures et bâti en plaine, forêts et herbages en pentes... chaque chose
« à sa place »...



s'appuyaient sur la mise en valeur de leur espace, lui-même considéré comme patrimoine hérité et à léguer. Les évaluations quantifiées des résultats de ce travail étant quasi inexistantes, les registres de comptabilité rares et les conseillers techniques du domaine de la science-fiction. C'est en montrant le fruit de son travail que chacun pouvait s'affirmer. Cela supposait une attention particulière portée à l'impact visuel des pratiques. Vu la rareté des documents écrits, c'est dans le paysage que chacun écrivait pour les autres acteurs le résultat de son travail : l'importance du tas de fumier ou le nombre de bêtes dans les prés étaient signes de réussite. Mais également l'état des surfaces, des lisières des haies étaient révélateurs d'un travail bien fait dans la mesure où il révélait le souci de ne rien perdre ni rien gaspiller. Les rendements des surfaces étant moindres et le travail moins productif qu'aujourd'hui, le peu laissé en bordures des champs ou perdu dans les parcelles représentait une part importante des récoltes.

La fierté du métier

Dans le mode de développement moderne de l'agriculture, l'objectif de production est la plupart du temps prioritaire. Le progrès technique a été diffusé et acquis avec ses modes d'évaluation normatifs et quantifiables : la définition de la qualité du produit est basée sur des analyses quantitatives de critères de classement tels que taux de matières grasses, de matières protéiques pour le lait. De plus l'écriture sur papier pour communiquer les résultats du travail réalisé auprès des autres peut reléguer souvent au second plan le souci de la qualité de leur écriture dans le paysage. La fierté du métier, fortement liée au souci de rentabilité, passe souvent aujourd'hui par le rendement réalisé, le poids des animaux, du moins peut-on le supposer par la lecture du paysage où se voient de superbes carrés de blé homogènes, des animaux aux formats standards, des bâtiments fonctionnels, mais des abords de bâtis ou de parcelles

s'en trouvant délaissés. La fierté du métier s'attachant à ce qui est quantifiable est cohérent avec les options de l'agriculture productiviste.

De plus, celle-ci ayant augmenté sa technicité, le paysage agricole est devenu aussi un paysage spécialisé, et l'ensemble des acteurs non agricoles ne comprennent pas toujours ce qu'ils y voient : peu savent par exemple à quoi sert une ensileuse, ou ce qui est couvert par les bâches noires des silos. Il s'ensuit une incompréhension entre groupes sociaux, le paysage, bien collectif, ne jouant plus, par l'évidence de sa lecture, le rôle de support de communication sociale.

La "pression sociale" qui s'exerçait à l'égard des agriculteurs individuellement au sujet de la friche a elle aussi évolué. Avant la crise agricole des années 80, une parcelle embroussaillée était montrée du doigt comme mal entretenue par son utilisateur, et jetait un doute sur ses capacités professionnelles. Aujourd'hui la friche, bien que souvent jugée négativement, est perçue comme conséquence de la conjoncture

agricole. Elle est devenue phénomène social, voire argument de revendication.

Le paysage et le commerce

Le moindre intérêt que les agriculteurs portent à ce rôle du paysage n'est-il pas dû aussi au rallongement des filières économiques qui, ainsi que nous l'avons évoqué, éloigne du producteur les consommateurs et les interlocuteurs économiques ?

Ainsi, pour de grandes productions comme le lait ou les céréales, la valorisation du produit ne passe pas par une mise en valeur sur le site de production. D'autres productions ont suivi plus modérément cette évolution : l'acheteur, le "maquignon" ou technicien de groupement, vient encore souvent dans l'exploitations produisant de la viande bovine pour acheter les animaux. Cela

n'implique-t-il pas pour l'éleveur de "soigner le cadre de production" pour y mettre au mieux en valeur ce qu'il a à vendre ? Il est un fait que souvent la présentation des bâtiments et de leurs abords est soignée, les haies sont maintenues et entretenues dans des terroirs comme le Charolais, terroir de production de viande. De même, les régions où les producteurs de lait ont inscrit la valorisation de leur produit dans l'image de qualité de leur pays un soin particulier est apporté au paysage, cadre de production : le Beaufortain, où existe depuis longtemps une démarche A.O.C., en est un exemple.

Plus récemment, face à la concurrence économique, et de manière plus élémentaire, des entreprises de commercialisation cherchent à intégrer vis-à-vis de leurs clients le concept de qualité globale du produit... commençant par encourager leurs producteurs à soigner l'esthétique de leurs bâtiments pour les ouvrir à la visite et

valoriser ainsi l'image de l'ensemble de la filière. La mise en place de l'opération "La Route du Lait" par la coopérative ORLAC en Rhône-Alpes en est une illustration intéressante. Mais actuellement, ce type de démarche se limite à une utilisation promotionnelle de l'apparence et de l'esthétique du paysage proche des bâtiments d'exploitation.

Au sujet de cette prise en compte du paysage en relation avec des objectifs économiques, voire purement commerciaux, nous ne pouvons que soulever des pistes de réflexion. Cependant, il est intéressant de souligner, comme nous l'avons fait au sujet du tourisme, que le paysage peut n'être qu'outil promotionnel, vitrine pour présenter les produits, c'est le cas de la "Route du lait". Plus fondamentalement, il peut être le "liant" pour mettre en cohérence production agricole et gestion de l'espace.



Recettes de qualité



Cet ouvrage a été élaboré dans le cadre du projet **SAGACITÉ**.

SAGACITE est un projet du *programme Pour et Sur le Développement Régional (PSDR4 Rhône-Alpes)* et bénéficie d'un financement d'INRAE, de la Région Auvergne-Rhône-Alpes et de l'Union européenne via le FEADER dans le cadre du Partenariat Européen pour l'Innovation (PEI-AGRI).

L'élaboration de cet ouvrage a été accompagnée par Cap Rural.

Cap Rural est cofinancé par la région Auvergne Rhône-Alpes, l'État, l'UNION EUROPÉENNE dans le cadre du FEADER.

