

NO FOOD TO WASTE

Katia Belloy

33% de la nourriture produite dans le monde est gaspillée. Cela fait 1,3 milliard de tonnes. 8% des pertes concernent le secteur horeca. Des chiffres qui donnent à réfléchir et surtout qui incitent à passer à l'action. De petites interventions peuvent déjà limiter les pertes.



Le gaspillage de nourriture s'observe à chaque maillon de la chaîne, de la production jusqu'au consommateur. Il représente une perte économique, puisqu'il équivaut à la perte de matières premières de qualité, qui se raréfient de surcroît. Il a par ailleurs un impact négatif sur l'environnement : non seulement on gaspille de l'argent, mais on gaspille aussi l'énergie qui a été nécessaire à la culture, à la transformation, à l'emballage, à la réfrigération et au transport de cette nourriture. Les produits qui sont le plus souvent jetés sont le lait et les produits laitiers, le pain, les légumes, les fruits, les sauces, les huiles et les graisses.

AU RYTHME DES SAISONS

Mangez en fonction des saisons et de la région. Les produits régionaux viennent de moins loin, ce qui permet d'économiser pas mal d'énergie. Les produits saisonniers sont aussi tout simplement meilleurs.

Les produits saisonniers peuvent en outre être conservés grâce à des techniques comme le saumurage et la fermentation. Ce qui n'est pas consommé au moment de la récolte n'est ainsi pas perdu.

Essayez de valoriser toutes les parties des produits que vous achetez. Les feuilles du chou-fleur et les fanes des jeunes carottes et radis peuvent ainsi parfaitement être utilisées pour faire de la soupe.

On dit que dans le cochon, tout est bon : « from nose to tail ». C'est aussi vrai pour les autres animaux. Et pour d'autres aliments également. Avec du vieux pain, on peut faire de la chapelure. Et on peut utiliser du pain rassis comme ingrédient pour faire de la soupe, une tourte, du pain perdu, du bodding. Les NorthSeaChefs font le choix de cuisiner des espèces de poisson méconnues. Ils préfèrent ainsi les prises accessoires aux poissons classiques comme la sole et le cabillaud.



03 Food

NOURRITURE VÉGÉTARIENNE/ VEGAN

Les repas végétariens/végétaliens réduisent aussi sensiblement l'empreinte écologique. Chez Hummus & Hortense à Bruxelles, Nicolas Decloedt propose de la cuisine végétarienne avec des produits exclusivement bio. La préoccupation écologique s'étend aux vêtements et aux meubles de seconde main. Nicolas : « La perfection est l'ennemi du progrès. Nous jetons des légumes et des fruits simplement parce que leur aspect n'est pas parfait. C'est quand même inconcevable ! Nous essayons aussi de limiter le plus possible les distances de transport, voilà pourquoi nous sommes d'ardents défenseurs de l'urban farming. »

Le traiteur Pieter-Jan Lint lance des desserts vegan. « Il y a des tas d'alternatives au lait et aux sucres raffinés. Et pour les meringues et la mousse au chocolat, le blanc d'œuf battu en neige peut parfaitement être remplacé par de l'aquafava, c'est-à-dire le jus de trempage des pois chiches. »

