

MECO : LOCADIS, CHARLEROI
ET COMMANDES EN LIGNE

REALCO :
TRAITEMENT DES DÉCHETS

WINTERHALTER : À L'HEURE
DU CHANGEMENT

GOUTEZ

27

VOTRE
MAGAZINE
DES CUISINES
COLLECTIVES

WALLONIE - BRUXELLES

EASY GEST
UNE APPLICATION
SUR MESURE !

LIVRAISON
À
DOMICILE

QUELLE
AGRICULTURE
FACE AUX BESOINS
DES CUISINES
COLLECTIVES

GRAND
DOSSIER

DES PRODUITS GRAS ?
OUI ? MAIS BELGES
ET SAINS !

DES INSECTES
DANS NOS
ASSIETTES

PHOTOS DE L'ÉVÈNEMENT
AU BLUEPOINT LIÈGE

ET SI ON
MANGEAIT

« MIEUX GRAS » ?

FÉDÉRATION
FCCWB



GOUTEZ

#27

Edito

Mesdames... Messieurs... Chers partenaires...

Rappelons-nous ! Il y a 40 ans :

Réfectoire... cantine... table rectangulaire... chariot bain-marie avec des briques réfractaires... un seul potage... un seul plat ... des appels d'offres annuels nationaux et non européens et... des délais de paiements aux fournisseurs très souvent... non respectés !
et... un personnel des cuisines insuffisamment qualifié et parfois ... bénévole

Rappelons-nous ! Il y a 30 ans :

- Nécessité de comprendre, apprendre, réapprendre le métier de la cuisine collective et tous les paramètres organisationnels de ce métier spécifique qui est souvent "dans l'ombre".
- Les produits régionaux Wallonie-Bruxelles tentent de s'amplifier face à l'Europe des 12 !
- Les appels d'offres européens naissent de plus en plus et nos 250 produits nationaux de saison passent à plusieurs dizaines de milliers d'aliments européens avec un minimum... de fiches techniques

Certaines grandes écoles hôtelières abordent "avec discrétion" le secteur des cuisines collectives considéré comme péjoratif !

- La Fédération, votre fédération... naît, grâce à la Région wallonne et à la Communauté française en 1993...

Rappelons-nous ! Il y a 20 ans :

- Self-service... restaurant... espace de vie aéré, décoré, convivial afin de proposer des menus complets et équilibrés.
- Création des mesures de procédures de sécurité alimentaire qui sont élaborés en s'inspirant des principes de l'H.A.C.C.P... américain !
- Investissements importants dans les matériels de cuisson et de distribution
- Apparition des produits alimentaires de l'Europe des 12... dans toutes les cuisines collectives
- Les produits régionaux, locaux et de proximité sont rarement mis à l'honneur.
- Dans nos assiettes de la cuisine collective, le goût et les saveurs sont européennes et peu "euroterroir"
- La traçabilité obligatoire s'installe, avec l'aide de l'AFSCA, organisme officiel de contrôle par des formations gratuites de sensibilisation.
- Nos dépenses alimentaires n'augmentent pas. Tout au contraire !

Et maintenant... en 2025 :

- De 12 états membres, l'Europe est passée à 27 états membres
- Les matériels de cuisson et de distribution ne sont pas exclusivement européens
- La traçabilité devient plus complexe à maîtriser car les fiches techniques pour certains produits, sont inexistantes.
- Le personnel des cuisines est insuffisamment formé, par rapport à l'établissement où il est engagé.
- Les allergènes et les allergies augmentent
- Les produits de nos terroirs locaux, de proximité et de notre agriculture ont des difficultés à être validés dans nos cuisines collectives, par rapport aux appels d'offres européens. (Ils représentent ± 3% en moyenne). Les autres produits (97%) représentent l'industriel... malheureusement. Mais... restons optimistes !
- Certaines cuisines collectives, de grande capacité, tentent... peut-être à tort ... d'œuvrer comme des établissements de production industrielle... alors qu'il est déjà difficile de recruter du personnel culinaire capable de maîtriser leur propre plan H.A.C.C.P. imposé par l'AFSCA. Ce matériel coûteux industriel et dépendant, d'un entretien rigoureux a-t-il bien sa place dans les cuisines collectives Wallonie- Bruxelles ?
A méditer !

"Goûtez"

est une publication de la FCCWB

Editeur responsable

Gérard Filot
Blvd Emile de Laveleye, 191
4020 Liège

Rédaction

Anne Boucquiau
Catherine Haxhe
Gérard Filot
Michel Jonet
Pascal Leroy
Yvan Larondelle
Frédéric Francis

Création graphique et mise en page

Frédéric Filot (VUAVU Grafics)

Imprimeur

Myriad

Crédits photos

Membres et partenaires FCCWB
Naomi Hansenne
Michel Jonet
Coq des Prés
APAQ-W
Université de Gembloux
Ligue cardiologique belge
Bertrand Hoc
Hortense de Castries
Poulaillers mobiles
Cultivaé
UCLouvain
Maggy Yerna
Jean-Claude Baudart
Vivardent
Terre de fromages
Eric Fernex
Istock

· L'informatique et le numérique ainsi que la communication internes sont propres à chaque établissement.
Les réunir collégialement avec d'autres établissements relèvent également de défis complexes à organiser, et de compromis

RIEN N'EST SIMPLE TOUT EST DIFFICILE MODIFIER L'EXISTANT PREND DU TEMPS

Mesdames... Messieurs... Chers partenaires...

Ensemble... en février 2027, au Salon Soins et Santé... ayons un esprit de rassemblement. de solidarité ... de professionnels.
Unissons nos efforts pour aider et conseiller les cuisines collectives Wallonie -Bruxelles.

Nous devons impérativement éviter que notre patrimoine culinaire ne se fragilise et disparaisse pour faire face, non pas à l'Europe des 27 (ou des 28 si le Royaume-Uni nous rejoint) mais à la mondialisation des produits alimentaires et non alimentaires. Avec le Green Deal, "Manger demain", la Fondation contre le Cancer, la Ligue cardiologique belge, l'Aliment-Terre Liégeois et autres, l'APACQ, le Salon Soins-Santé et bien entendu ... l'AFSCA.

Protégeons-nous, collaborons davantage, valorisons l'environnement, maîtrisons nos déchets !

Aidons les Villes et Communes demanderesse et surtout... ne croyons pas que tous les établissements peuvent se mutualiser, se rassembler.

Tout au contraire : Chaque établissement est unique

Beaucoup de formes ont créé, et nous les en remercions, des produits finis cuits, découpés, saucés assaisonnés, transformés.
Ces formes ont permis de mieux réorganiser en période de crise économique un grand nombre de cuisines collectives.

Mais : N'en abusez-pas !

Tous les cuisiniers doivent impérativement cuisiner pour rester des cuisiniers.

Sachez que plus un aliment est simple et plus il est sain.

Malheureusement les produits finis peuvent comporter : des conservateurs, des épaississants. des colorants, des exhausteurs de goût, des antioxydants, des additifs, des édulcorants artificiels, des sucres ou des émulsifiants .

et sont servis, parfois de manière journalière, dans certaines cuisines collectives.

Une bonne alimentation naturelle, juste cuite, juste assaisonnée est un médicament ! C'est pour cette raison importante que nous serons au Salon Sans et Santé 2017... si vous le souhaitez ! Il faut impérativement cuisiner, sinon :

. Notre beau métier de cuisiner disparaîtra.

. Notre culture s'éteindra sur le plan alimentaire.

. Notre mission de préserver la santé par une éducation alimentaire appropriée à chaque réseau ne sera plus respectée.

Soyons attentif à la banalisation. Tout est rigueur, discipline par l'éveil de la connaissance de notre métier en cuisine collective. Nous devons rester dans un choix saisonnier.

Seul "le vrai" restera le vrai.

Depuis la grande distribution des supermarchés en 1970, l'alimentation est devenue une consommation de produits mondialisés.

Établissement par établissement, cuisine par cuisine, créons une charte d'éthique de qualité alimentaire pour la cuisine collective avec tous les acteurs de terrain.

La restauration collective est devenue un véritable phénomène de société.

En Wallonie. Bruxelles par an : 130 millions de repas Et elle s'accroît, d'année en année, par notamment les repas à domicile.

Créons ensemble avec tous les acteurs concernés et les partenaires de la cuisine collective.

La Table Soins et Santé 2027

Pour le respect :

des produits saisonniers, du goût et des saveurs locales, du bien préparer en cuisinant de manière hypotoxique, du bien manger par une méthodologie H.A.C.C.P. stricte et respectée des produits naturels.

En proposant deux concours exceptionnels en février 2017

1. Le (la) meilleur(e) chef(fe) de cuisine en milieu hospitalier Wallonie et Bruxelles
2. Le (la) meilleur(e) chef(fe) de cuisine en maison de repos et de soins Wallonie et Bruxelles

Gérard Filot
Président de la FCCWB



Sommaire



LE GRAND DOSSIER :
DES PRODUITS GRAS ?
OUI, MAIS BELGES
ET SAINS !

6



ET SI ON MANGEAIT
« MIEUX GRAS » !

28



QUELLE SOURCE
DE MATIÈRE GRASSE ?

32

QUELLE AGRICULTURE
POUR LES CUISINES
COLLECTIVES

42



SÉMINAIRE D'HIVER

48

54

DES INSECTES
DANS NOS ASSIETTES



64
VERRE D'AMITIÉ
2025



POLLUTION DE L'AIR
LIGUE CARDIO
70



EASY GEST
84



74
LIVRAISON
À DOMICILE

VIVARDENT
102

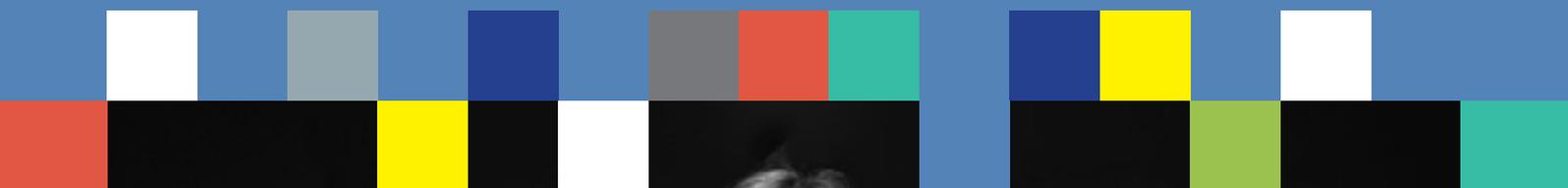
106
TERRE DE FROMAGES





Illustration : fleur de Colza
Couverture du magazine : fleur de Lin

LE GRAND DOSSIER DES PRODUITS GRAS, OUI MAIS BELGES ET SAINS !



DR. ANNE BOUCQUIAU

INTRODUCTION AU GRAND DOSSIER

Pour débiter ce Grand Dossier consacré aux produits gras, il me semble important de partir sur de bonnes bases pour mieux comprendre le sujet. Les graisses ont plutôt mauvaise presse... Et pourtant, elles jouent un rôle important dans notre alimentation ; elles véhiculent les arômes qui rendent nos plats savoureux. Et elles jouent un rôle très important pour notre santé !

Avant de découvrir nos producteurs locaux, partons à la découverte de l'univers complexe et diversifié des graisses alimentaires avec un expert du sujet, le Professeur Yvan Larondelle, dont vous avez déjà certainement lu certains articles dans les magazines précédents.

Dialogue avec Yvan Larondelle, Professeur émérite de la Faculté des Bioingénieurs de l'UCLouvain à Louvain-la-Neuve

A.B. : *Professeur Yvan Larondelle, je vous remercie de nous consacrer du temps pour partager votre expertise avec nous. Pouvez-vous avant tout préciser à nos lecteurs quels sont vos domaines de recherche de prédilection ?*

Y.L. : Avec plaisir. Au cours de ma carrière académique, j'ai pu consacrer une partie importante de mes activités de recherche aux matières grasses alimentaires et à leurs effets sur la santé humaine. Je continue d'ailleurs encore aujourd'hui certains projets visant à comprendre comment certains acides gras particuliers s'y prennent pour enrayer le développement de différents types de tumeurs. Dans un registre beaucoup plus appliqué, je me suis beaucoup intéressé à l'amélioration de la qualité nutritionnelle des produits alimentaires gras, qu'il s'agisse des huiles végétales ou de certains produits d'origine animale comme les produits laitiers, les œufs ou la chair de poisson.

A.B. : *Le Grand Dossier de ce numéro 27 de « Goûtez » s'intéresse aux matières grasses alimentaires, oui mais belges et saines. Les graisses ou lipides constituent une des trois familles de macronutriments de base de notre alimentation, avec les protéines et les glucides, et pourtant elles sont souvent mal connues.*

Y.L. : Absolument, la matière grasse alimentaire représente environ 35% de toute l'énergie que nous ingérons quotidiennement. C'est donc considérable. Et pourtant, le gras continue à avoir mauvaise presse et les consommateurs sont embarrassés de manger gras. Ils pensent qu'il faut manger moins gras pour être en meilleure santé. En fait, il faut à la fois éviter la surconsommation alimentaire globale et respecter un bon équilibre entre les trois macronutriments. Dès lors, il ne faut pas nécessairement manger moins gras. En revanche, il faut certainement manger « mieux gras ».

A.B. : *La matière grasse alimentaire est même indispensable pour notre santé, notamment parce qu'elle véhicule les vitamines liposolubles, A, D, E et K, ainsi que certains acides gras dits « essentiels » ou « indispensables » que nos cellules sont incapables de synthétiser. Or*

nous en avons absolument besoin pour construire les membranes cellulaires et comme précurseurs de certains modulateurs métaboliques vitaux. Dans votre article dans le magazine précédent « Et si on mangeait mieux gras ? », vous avez surtout mis l'accent sur les acides gras. Pouvez-vous nous rappeler ce qu'il en est ?

Y.L. : Il existe plusieurs familles d'acides gras. Soit ils sont dits « saturés » en raison de l'absence de doubles liaisons chimiques entre les atomes de carbone, soit ils sont « insaturés » si au moins une double liaison est présente.

Lorsqu'il y a une seule double liaison, on parle de « monoinsaturés », dont le principal représentant est l'acide oléique qui est un « omega-9 ». L'huile d'olive par exemple en contient beaucoup.

Si les acides gras présentent au moins deux doubles liaisons, on parlera de « polyinsaturés ». Certains sont même fortement insaturés avec quatre, cinq ou six doubles liaisons.

Parmi les polyinsaturés, on entend principalement parler de deux familles. Ce sont les fameux « omega-6 » et « omega-3 ». Les précurseurs de ces deux familles sont respectivement l'acide linoléique (LA) et l'acide alpha-linolénique (LNA ou ALA). Nos cellules sont incapables de les synthétiser. Ils sont dès lors absolument indispensables dans notre alimentation. A partir de ces deux précurseurs, nos cellules ont une certaine capacité à synthétiser d'autres acides gras, plus longs et/ou plus insaturés, ce qui constitue les familles omega-6 et omega-3. Cette capacité est cependant limitée pour certains dérivés, en particulier pour les « omega-3 » à très longue chaîne. Il s'agit de l'EPA et surtout du DHA. C'est pour cette raison que le DHA est maintenant classé également parmi les acides gras à trouver absolument dans nos aliments.

A.B. : *Vous avez raison d'insister sur l'importance d'apporter également du DHA dans notre alimentation. Par exemple, le DHA a une importance cruciale au moment de la grossesse et de l'allaitement des nouveau-nés. Il joue notamment un rôle au niveau du développement du système nerveux central du fœtus et du nouveau-né.*

Y.L. : Absolument. Et même si, grâce aux stimulations hormonales, les femmes enceintes ont une capacité métabolique amplifiée en termes de conversion de l'acide alpha-linolénique en DHA, des suppléments de DHA sont recommandés pendant la grossesse et du DHA est obligatoirement ajouté dans les laits maternisés premier-âge, illustrant le rôle essentiel de cet acide gras pour notre santé.

A.B. : *Pouvez-vous aussi clarifier la question du rapport entre les acides gras de type « omega-6 » et de type « omega-3 » ?*

Y.L. : En fait, nous avons besoin d'apports à la fois en « omega-6 » et en « omega-3 ». Pourquoi ? Parce que nos cellules sont totalement incapables de convertir un « omega-6 » en « omega-3 » et vice-versa. Comme notre organisme a besoin des deux familles, nous devons donc manger une certaine quantité de chacune d'entre elles. Le rapport idéal entre les quantités à consommer se situe à 3,5 mais on peut le faire

descendre jusqu'à 1. Le souci vient du fait que nous consommons actuellement trop d'omega-6 par rapport aux omega-3. Le rapport est donc supérieur à 3,5. Il peut atteindre 10 ou même 20 en fonction de nos choix alimentaires. Certains scientifiques n'hésitent d'ailleurs pas à parler de stress métabolique intense mais silencieux, pour les consommateurs qui ne mangent pas assez d'omega-3.

A.B. : Respecter un bon rapport « omega-6 » et en « omega-3 » et tout en en mangeant suffisamment !

Donc pour manger « bien gras », il faut d'une part manger des quantités suffisantes d'omega-6 et d'omega-3 et, d'autre part respecter un rapport idéal entre ces deux types d'acides gras tel qu'indiqué dans le tableau reprenant les recommandations du CSS (Tableau1) C'est le tableau en fin d'article. Et sans oublier l'apport alimentaire indispensable en DHA ! Les sources de DHA sont peu nombreuses, d'où l'importance de consommer régulièrement du poisson de qualité ou des œufs de poule naturellement enrichis. Dans l'enquête alimentaire belge de 2014, les apports en EPA+DHA étaient largement insuffisants par rapport aux recommandations.



A.B. : Justement, pouvez-vous nous rappeler dans quels aliments nous pouvons trouver ces différents acides gras essentiels ?

Y.L. : Pour ce qui est des omega-6 et omega-3 en général, il faut se tourner vers certaines huiles végétales adéquates. Je vous invite à consulter le tableau repris dans l'article « quelles sources de matières grasses alimentaires pour quelle application culinaire » inséré dans ce même magazine. On y voit clairement l'absence quasi complète d'omega-3 dans certaines huiles largement consommées dans nos régions. Toutes ces huiles ne sont évidemment pas à proscrire. Le cas de l'huile d'olive est un bon exemple. Une bonne huile d'olive de première pression à froid est certainement intéressante car elle peut contenir des composés antioxydants bénéfiques et est essentiellement constituée d'acide oléique, le principal omega-9 alimentaire favorable à notre santé. Mais il faut éviter de ne consommer que de l'huile d'olive. Aucune huile n'apporte tout ce dont nous avons besoin.

A.B. : Il est bon de rappeler qu'en matière d'équilibre nutritionnel, diversifier ses sources alimentaires est une des bases à appliquer. Et la famille des graisses n'y échappe pas.

Y.L. : Oui, la solution est dans la diversité. Seules certaines huiles apportent de l'acide alpha-linolénique, précurseur de la famille des omega-3. Parmi les huiles bien connues, il s'agit avant tout de l'huile de lin. La culture du lin oléagineux, à ne pas confondre avec le lin textile, se met en place en Wallonie. Il y a aussi le colza alimentaire qui a l'avantage de présenter un rapport d'environ 2 entre les omega-6 et les omega-3. L'huile de noix est également très intéressante avec un rapport qui peut varier entre les variétés mais qui peut descendre légèrement en dessous de 4. On peut se réjouir que la production de noix s'amplifie actuellement dans nos régions. Sans oublier d'autres huiles moins traditionnelles comme celle de chanvre, voire celle de cameline.

A.B. : Et nous avons rencontré des producteurs belges qui développent ces filières de produits intéressants pour la santé. Nos lecteurs pourront les retrouver dans la suite du Grand Dossier.

On pense souvent qu'il n'y a que les graisses d'origine végétale qui sont intéressantes ? Or ce n'est pas exact, n'est-ce pas ?

Y.L. : Effectivement, si on s'intéresse spécifiquement aux omega-3 à très longue chaîne et en particulier au DHA, il faut se tourner vers certaines sources animales car les végétaux n'en contiennent pas. Il s'agit essentiellement de certains poissons gras ou semi-gras. C'est l'alimentation des poissons qui leur offre les omega-3 qu'ils accumulent. Pour les poissons de pêche, c'est la chaîne trophique naturelle qui régit les choses. Par chaîne trophique, on entend l'ensemble de la chaîne alimentaire qui aboutit aux gros poissons que l'on apprécie, comme le thon, le flétan, l'anguille, etc. Pour les poissons de mer, cela démarre avec le phytoplancton constitué essentiellement de microalgues marines très riches en omega-3. Celui-ci est consommé par le zooplancton, comprenant notamment les petits crustacés comme ceux que l'on regroupe souvent sous le terme de krill. Les petits poissons s'en nourrissent et ils sont eux-mêmes consommés par de plus gros poissons, etc.

Pour ce qui est des poissons d'élevage, des aliments incorporant des huiles de poisson adéquates leur donneront une grande richesse en DHA. Il s'agit cependant là d'une pratique peu durable. Sur le long terme, nous ne pourrions en effet pas continuer à pêcher des petits poissons en haute mer pour produire de l'huile qui sert à son tour à nourrir des poissons d'élevage. Cette pratique casse les chaînes trophiques naturelles et sera proscrite tôt ou tard.

A.B. : Devrons-nous arrêter de recommander à nos concitoyens de consommer du poisson pour ne pas vider nos océans ? Y a-t-il des pistes de solution pour associer la consommation de poissons riches en DHA et durabilité ?

Y.L. : La consommation de petits poissons de pêche comme les anchois, les sardines ou les harengs peut continuer à être recommandée. En plus, ces poissons sont moins contaminés que les gros poissons par les polluants environnementaux et ils restent peu onéreux. Pour ce qui est des poissons d'élevage, la piste que je préconise pour l'avenir est de capitaliser sur la capacité métabolique significative qu'ont certains poissons, dont la truite de nos élevages et certains autres salmonidés, de synthétiser du DHA à partir de l'acide alpha-linolénique, le fameux précurseur d'origine végétale pour toute la famille des omega-3. Ainsi si ces poissons sont nourris de manière judicieuse, avec



des sources végétales bien choisies, ils seront capables de fabriquer et d'accumuler des quantités significatives de DHA dans leur chair et de répondre à nos besoins nutritionnels en DHA.

A.B. : *Une autre source animale de DHA ?*

Y.L. : Outre les poissons, le seul aliment de grande consommation qui peut contenir des quantités significatives de DHA est l'œuf de poule, et plus spécifiquement le jaune de l'œuf (puisque seul le jaune contient de la matière grasse dans un œuf), dans la mesure où l'alimentation de ces gallinacés est riche en acide alpha-linolénique. C'est le cas notamment pour les « œufs de pâturage » produits par des poules qui gambadent sur le couvert végétal dense de nos prairies, picorent les feuilles de ces végétaux et consomment en plus des aliments incorporant des graines oléagineuses riches en acide alpha-linolénique comme le lin ou le colza.

A.B. : *A propos des œufs, pourquoi convient-il d'être prudent par rapport à la production domestique ?*

Y.L. : Tout dépend du sol sur lequel les poules se promènent. Certains sols sont assez fortement contaminés par des polluants organiques persistants dont les fameux PFAS dont on parle beaucoup actuellement. Ces polluants lipophiles s'accumulent dans la graisse contenue dans les vers de terre et les larves d'insectes qui se développent dans

le sol. Les poules recherchent ces petits animaux pour s'en nourrir. Les polluants lipophiles sont alors transférés dans le corps de la poule et très rapidement dans le jaune de l'œuf lorsque la poule est en phase de ponte. Il faut donc éviter absolument d'élever des poules pondeuses sur un sol pollué. Plus globalement, comme aucun sol belge n'est totalement vierge de polluants, il convient de maintenir les poules sur un sol bien recouvert de végétaux ainsi que des graines de bonne qualité.

A.B. : **Poissons d'aquaculture et œufs à qualité différenciée et belges bien sûr ! A découvrir dans les pages suivantes du Grand Dossier.**

A.B. : *Pour conserver les qualités nutritionnelles des graisses alimentaires, il est essentiel de les stocker et de les utiliser correctement. En effet, les matières grasses sont sensibles à l'oxydation et peuvent modifier leur structure chimique lors du chauffage. Pouvez-vous clarifier ces questions pour nous ?*

Y.L. : Les points d'attention que vous soulevez sont cruciaux lorsqu'on s'intéresse aux sources d'acides gras polyinsaturés. L'oxydation prend déjà place à basse température et s'amplifie lorsque les matières grasses sont chauffées et/ou mises en contact avec l'air et/ou la lumière. Le chauffage intense des huiles, comme dans le cas des fritures par exemple, génère par ailleurs la formation d'un nombre

considérable de nouveaux composés dont certains sont toxiques pour notre santé.

A.B. : Pour réduire les risques d'oxydation, le plus simple est de protéger les huiles polyinsaturées de l'air et de la lumière. Et pour les risques de dégradation potentielle liée à la chaleur, quels conseils suggérez-vous de mettre en pratique ?

Y.L. : Pour faire court, il ne faut pas utiliser de matière grasse riche en acides gras polyinsaturés pour les préparations qui nécessitent des fritures ou des cuissons à des températures qui dépassent 100°C. Plus la température sera élevée et/ou plus la durée sera longue, plus le risque sera grand. Dès lors, je préconise avant tout de ne pas abuser de ces préparations dans notre alimentation, et ensuite d'utiliser des matières grasses les moins insaturées possibles pour ces pratiques. Je développe ces questions dans l'article « Et si on mangeait mieux gras ? » que l'on retrouve dans ce présent numéro du magazine « Goûtez ».

A.B. : Les messages principaux sont donc :

- Varier et doser les sources de lipides : par exemple : l'huile d'olive pour les omega-9, l'huile de colza pour la combinaison adéquate entre omega-9, omega-6 et omega-3, l'huile de noix pour les ome-

ga-6 et les omega-3, et une touche d'huile de lin pour compléter les apports en omega-3.

- Limiter le recours aux cuissons à très haute température, telles les fritures, et, dans ce cas, utiliser des matières grasses riches en acides gras saturés et très pauvres en acides gras polyinsaturés.

- Privilégier les préparations froides ou chauffées à des températures plus douces seront beaucoup plus respectueuses des qualités nutritionnelles des acides gras polyinsaturés.

- Ne pas servir les graisses de cuisson au consommateur ; plutôt ajouter un filet d'huile non chauffée après la cuisson si nécessaire

- Ne pas oublier les sources de DHA comme les poissons gras de bonne qualité et les œufs de qualité différenciée

Professeur Larondelle, merci pour ces informations claires qui permettront aux lecteurs de faire connaissance avec cette grande famille hétérogène que constituent les graisses alimentaires. Et pour ceux qui souhaitent mieux comprendre, vous approfondissez ces notions plus loin dans ce magazine.

Maintenant que nous maîtrisons l'importance de consommer des sources de graisse de qualité, partons à la découverte de nos producteurs de produits gras, oui mais belges et sains dans la suite du Grand Dossier

Recommandations nutritionnelles pour les adultes: Lipides (Conseil Supérieur de la Santé)

	% Besoins énergétiques	Hommes (g/jour)*	Femmes (g/jour)*
Lipides totaux	> 20 < 30-35 %	> 55 < 83-97	> 44 < 66-77
AGS	< 10 %	< 28	< 22
AGS athérogènes	<= 8 %	<= 22	<= 18
MUFA**	10-20 %	28-55	22-44
PUFA**	5-10 %	14-28	11-22
n-6	4-8 %	11-22	8,8-18
LA	4 %	11	8,8
n-3	1-2 %	2,8-5,6	2,2-4,4
LNA	1 %	2,8	2,2
EPA+DHA		0,250-0,500	0,250-0,500
Acides gras trans d'origine industrielle	Le plus faible possible	Le plus faible possible	Le plus faible possible
Cholestérol		<300 mg	<300 mg

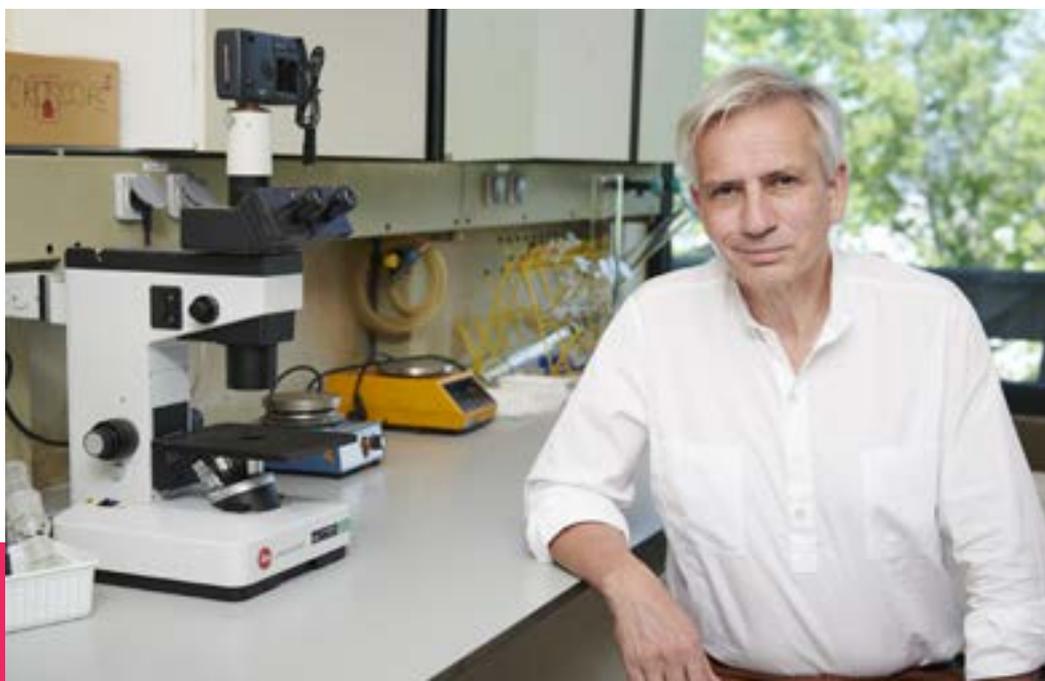
* sur la base de besoins énergétiques quotidiens de 2500 kcal pour les hommes et de 2000 kcal pour les femmes

** les MUFA et PUFA doivent représenter au moins les deux tiers de l'apport lipidique total

AGS : Acide gras saturé / MUFA : Acide gras monoinsaturé / PUFA : Acide gras polyinsaturé



SCANNE MOI POUR PLUS D'INFOS



LAISSEZ-NOUS VOUS INSPIRER à faire plus...





RENCONTRE AVEC BERTRAND HOC :
L'AQUACULTURE WALLONNE, UN ATOUT À RE-DÉCOUVRIR



A.B. : Les graisses contenues dans les poissons possèdent des caractéristiques intéressantes pour la santé humaine. C'est une des sources alimentaires en acides gras polyinsaturés de type omega-3, intéressante notamment pour la prévention des maladies cardio-vasculaires. C'est pourquoi il est recommandé d'en consommer deux portions par semaine. Cependant, comme souvent, l'équation n'est pas aussi simple et les défis sont nombreux : la pollution des eaux entraîne des accumulations de métaux lourds et de polluants organiques persistants comme les PCBs dans les poissons gras, surtout les plus gros qui sont en fin de chaîne alimentaire. Suite à cette surcharge en polluants, le Conseil Supérieur de la Santé conseille même aux femmes enceintes de n'en consommer qu'une seule fois par semaine. Par ailleurs, la surpêche vide nos océans. Face à tous ces problèmes et étant donné l'intérêt nutritionnel des poissons, des chercheurs et des éleveurs de nos régions réfléchissent et proposent des solutions, locales et durables. Penchons-nous sur l'aquaculture en Wallonie avec Bertrand Hoc, chargé de mission pour la filière aquacole au Collège des Producteurs de la Région Wallonne.

A.B. : *Bonjour Bertrand. Pour commencer, pourriez-vous nous présenter votre parcours ?*

B.H. : Bonjour Anne. Je suis ingénieur agronome de formation, avec une spécialisation en aquaculture. J'ai débuté ma carrière en RDC, où j'ai travaillé sur la reproduction artificielle du poisson-chat. Par la suite, j'ai travaillé à l'étranger, notamment au Sénégal et à Madagascar, sur différents modèles d'élevage aquacole. J'ai également travaillé à la Maison Wallonne de la Pêche et réalisé un doctorat à l'ULiège sur l'incorporation de farines d'insectes dans l'alimentation des poissons. Aujourd'hui, je suis chargé de mission au Collège des Producteurs pour

la filière aquacole.

A.B. : *Et quel est votre rôle au sein du Collège des Producteurs ?*

B.H. : Le Collège des Producteurs est une interface entre les producteurs, les pouvoirs publics et les acteurs des filières. Mon rôle est d'animer la filière aquacole, qui compte une quarantaine de pisciculteurs en Wallonie. Je suis là pour les accompagner sur les aspects techniques et administratifs, trouver des ressources, les soutenir par des initiatives économiques, promouvoir leurs produits et le métier de pisciculteur. Nous collaborons également avec l'équipe de Manger Demain.

A.B. : *Pouvez-vous nous dresser un portrait de la filière aquacole en Wallonie et de ses atouts ?*

B.H. : La filière aquacole wallonne est petite, mais elle a des atouts considérables. Tout d'abord, nous bénéficions d'un environnement exceptionnel et d'une eau de qualité remarquable, ce qui constitue une véritable opportunité. Les piscicultures sont situées en tête de bassin et elles n'utilisent ni intrants chimiques ni antibiotiques. Il n'y a pas non plus de risque d'accumulation de métaux lourds, de microplastiques ou de PCB ! De plus, ces poissons évoluent dans des conditions semi-naturelles. Nos pisciculteurs sont de petits opérateurs qui pratiquent un élevage semi-intensif, voire extensif. Ils produisent des poissons de qualité, principalement de la truite, Arc-en-Ciel ou Fario. D'autres élevages de poissons d'intérêt pourraient être développés, comme la carpe mais le consommateur est-il prêt ?

A.B. : *Quels sont les principaux défis auxquels cette filière est confrontée ?*

B.H. : Les défis sont nombreux. Il est nécessaire d'assurer un transfert des savoir-faire par le renouvellement des générations. Il y a la concurrence des produits importés, notamment de Turquie et du



Danemark, qui ont des coûts de production nettement plus faibles. Il y a aussi la difficulté d'accès aux marchés de la grande distribution, car nos producteurs n'ont pas toujours les volumes suffisants. De plus, l'alimentation des poissons est un enjeu majeur, car elle dépend encore beaucoup d'intrants importés, comme le soja et la farine de poisson.

A.B. : *L'alimentation des poissons est un sujet très important et dont va dépendre la qualité même du poisson consommé. Comment la filière aquacole wallonne aborde-t-elle cette question ?*

B.H. : C'est un défi majeur. Nous n'avons pas de fabricant d'aliments pour poissons en Wallonie. Nous essayons de réduire notre dépendance aux intrants importés, comme le soja et la farine de poisson, tout en travaillant à la formulation des aliments pour améliorer la qualité nutritionnelle des poissons, optimiser l'utilisation des ressources et réduire l'impact environnemental. Nous explorons des alternatives locales, avec parfois des résultats mitigés comme pour les insectes, satisfaisants au niveau des acides aminés mais pas au niveau des graisses. Les microalgues pourraient aussi être envisagées. Un défi majeur de ces pistes est le coût énergétique très important de ces productions. On peut aussi utiliser du tourteau de soja mais il nous vient du Brésil...

Une autre piste intéressante est l'utilisation d'huiles végétales, comme l'huile de lin qui améliore le profil lipidique des poissons. Mais cela a un coût.

A.B. : *On parle souvent de qualité différenciée pour les produits locaux, mais on ne voit pas toujours de label. Pourquoi ?*

B.H. : Les labels comme l' « ASC Aquaculture durable » sont coûteux et difficiles à obtenir pour les petits producteurs. C'est dommage parce que la plupart de nos pisciculteurs dépassent déjà les normes exigées par ces labels en termes de qualité de l'eau, de bien-être animal et d'impact environnemental. Nous travaillons sur un label de qualité différenciée public, Label Qualité Plus, qui serait plus adapté et valoriserait les spécificités de notre filière.



SCANNE MOI POUR PLUS D'INFOS

A.B. : *Quels sont les principaux marchés de vente pour les produits aquacoles wallons ?*

B.H. : Nos pisciculteurs diversifient leur offre pour être attractifs ; selon la pisciculture, on trouvera en plus des poissons entiers, des filets, des croquettes, des mousses, des rillettes, des techniques spécifiques de fumage à chaud, à froid, ... La plupart de nos pisciculteurs vendent en direct à la ferme, sur les marchés locaux ou dans



les petits magasins. Certains travaillent avec des restaurants de la région. L'accès à la grande distribution reste un défi, bien que l'intérêt pour les produits locaux se développent. Avec l'appui de nos collègues de Manger Demain, nous essayons de développer des partenariats avec les collectivités pour favoriser l'approvisionnement en produits locaux.

A.B. : *On entend souvent les consommateurs réclamer des produits locaux, mais leurs demandes sont-elles toujours adaptées aux enjeux environnementaux ?*

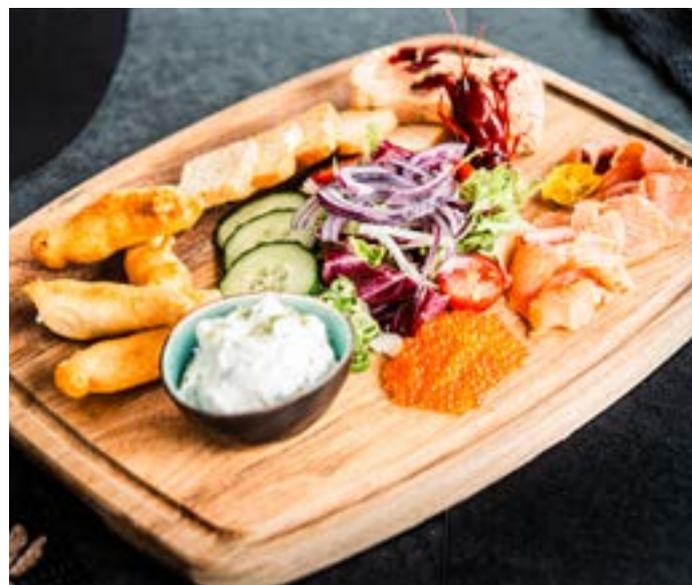
B.H. : C'est une question importante. Il y a une demande générale croissante pour des produits locaux, mais les consommateurs ne sont pas toujours conscients des réalités de la production qui limitent la diversité des poissons élevés localement. Par ailleurs, les informations sont lacunaires ou manquantes quant à l'origine des poissons ou produits dérivés de poissons. Par exemple, lorsque vous regardez un étal de poissonnerie, la diversité est importante et il est rare d'indiquer l'origine géographique de ces poissons. Combien viennent de chez nous ?

A.B. : *Pour conclure, quel message souhaiteriez-vous adresser aux consommateurs et aux acteurs de la filière aquacole ?*

B.H. : Je voudrais encourager les consommateurs à découvrir ou à redécouvrir nos poissons locaux et plus largement les produits aquacoles wallons, à soutenir nos producteurs locaux et à se

renseigner sur les pratiques d'élevage. Nous produisons des produits de très grande qualité tant au niveau nutritionnel qu'au niveau environnemental, mais ils restent encore trop peu connus. Je pense aussi qu'en valorisant nos savoir-faire et la qualité de nos productions, c'est une filière qui a un très beau potentiel de développement futur.

A.B. : *Merci beaucoup, Bertrand, pour cet éclairage passionnant.*





RENCONTRE AVEC HORTENSE DE CASTRIES :
PRODUIRE DES NOIX , DANS LE RESPECT DE LA TERRE ET DE NOTRE SANTÉ



A.B. : Pourquoi s'intéresser aux noix ?

Dans les recommandations alimentaires pour la population belge, les fruits à coque, dont les noix, se retrouvent en très bonne place. L'Épi Alimentaire illustre les 5 leviers alimentaires les plus importants à actionner pour avoir une alimentation associée au plus grand nombre d'années de vie en bonne santé :



Quelle recommandation y trouve-t-on et pourquoi cette recommandation ?
« Consommez tous les jours 15 à 25 g de fruits à coque ou de graines sans enrobage salé ou sucré »

Pour leur richesse en acides gras polyinsaturés de type omega-3 et omega-6. Mais elles sont aussi sources de différents micronutriments, tels le magnésium, le manganèse, le cuivre, le zinc, le phosphore et le fer, ainsi que les vitamines B (notamment B9) et E. C'est également une bonne source d'antioxydants comme les polyphénols.

Riches en calories ? Oui, mais également riches en fibres, les noix engendrent rapidement une sensation de satiété et donc aident à réguler le poids.

Aujourd'hui, nous rencontrons Hortense de Castries, co-fondatrice de nOk et productrice de noix bio à Angers associée à Éric Loise, producteur de noix à Gembloux.

A.B. : *Hortense de Castries, je vous remercie d'avoir accepté de partager votre expertise avec nous. Pouvez-vous d'abord nous décrire votre parcours personnel ?*

H. de C. : Je suis française d'origine et je suis arrivée en Belgique il y a 7 ans, mon mari étant belge. Après des études de commerce à Lille, j'ai travaillé dans le secteur alimentaire dans des missions de gestion. Puis j'ai décidé de m'investir dans une activité débutée par mon grand-père maternel à Angers dans les années 70, à savoir une plantation de noyers de 20 hectares. Ensuite, suite une belle rencontre avec un producteur passionné et bio à Gembloux, Eric, qui avait développé une plantation de noyers de 20 hectares à Gembloux. Les deux plantations sont actuellement exploitées exclusivement en Bio. Ensemble, nous souhaitons développer une filière noix de qualité.

A.B. : *Produisez-vous différentes sortes de noix ?*

H. de C. : Oui nous produisons de la Lara, destinée à être consommée fraîche, et





des variétés consommées sèches, la Franquette (variété en AOP noix de Grenoble) et la Fernor. Récoltées à l'automne, elles sont lavées, puis séchées pour réduire l'humidité et permettre ainsi leur conservation à l'air libre.

A.B. : *Vous avez parlé de l'importance du calibrage. Pourriez-vous détailler comment cela influence la qualité et l'utilisation des noix ?*

H. de C. : Le calibrage est important pour plusieurs raisons. D'abord, il permet de trier les noix en fonction de leur taille, ce qui est important pour certaines utilisations, comme les noix en coque vendues pour les fêtes. Ensuite, le calibre influence le ratio de cerneaux, c'est-à-dire la quantité de chair comestible par rapport à la coque. Un calibre plus gros signifie généralement plus de cerneaux, ce qui est plus intéressant pour le consommateur qui achète de la noix en coque en magasin ou sur les marchés.

A.B. : *Les noix sont très sensibles à l'oxydation. Comment prenez-vous en compte cette difficulté ?*

H. de C. : Effectivement, la noix est très "fragile". Nous les conservons en coque. Le cerneau est protégé de l'oxydation tant qu'il reste dans la coquille. Nous veillons à casser nos noix au fil de la saison et donc nous proposons des cerneaux « fraîchement » cassés. Il faut savoir que la période de cassage n'est pas mentionnée sur les emballages et il n'est pas possible pour le consommateur de faire la différence au moment de l'achat des cerneaux. La qualité du produit est cependant très différente, tant au niveau du goût qu'au niveau de son intérêt nutritionnel.

A.B. : *Vous avez mentionné l'huile de noix. Pourriez-vous préciser le processus de fabrication et les caractéristiques de cette huile ?*

H. de C. : Nous travaillons avec un moulin en France dans la région de Grenoble, qui utilise un processus de pression douce pour extraire l'huile. Bien que ce ne soit pas une pression à froid au sens strict, les

analyses ont montré que le profil de l'huile est très proche de celui d'une huile pressée à froid, avec une conservation optimale des acides gras essentiels. L'huile a une saveur délicate et un parfum subtil de noix fraîche. Elle se conserve au réfrigérateur après ouverture car elle est fragile comme les cerneaux et sensible à l'oxydation.

A.B. : *Pour diversifier votre offre et construire une filière noix, vous avez développé toute une gamme de produits de qualité à base de noix. Quelques exemples ?*

H. de C. : Effectivement, peu de produits à base de noix existent actuellement sur le marché, et notamment dans la gamme des produits apéritifs. Nous avons donc développé de manière artisanale toute une gamme de dérivés de noix à présenter à l'apéritif, aromatisés à la fleur de sel, au romarin, au tamari, etc. Comme nous utilisons un séchage à basse température, les cerneaux de noix conservent leurs propriétés nutritionnelles.

A.B. : *Vous avez évoqué les difficultés rencontrées avec les magasins bio. Comment avez-vous adapté votre stratégie pour les surmonter ?*

H. de C. : Nous avons réalisé que les magasins bio étaient souvent axés sur des produits de base et que nos produits salés et chocolatés ne trouvaient pas facilement leur place car il existe très peu de produits équivalents et donc moins de place en rayon. Nous avons donc décidé de nous concentrer sur les épiceries fines pour ces gammes et les fromageries où des rayons de ce type de produits existaient déjà.

A.B. : *Vous avez également parlé de la collaboration avec des artisans. Pourriez-vous donner d'autres exemples de produits que vous développez ensemble ?*

H. de C. : Nous travaillons avec des boulangers pour intégrer nos noix dans ses pains et viennoiseries. Nous collaborons avec un chocolatier pour créer des tablettes de chocolat avec des éclats de noix. Nous avons également toute une offre destinée au B to B, comme des fabri-



cants de tartes ou encore de pâtes à tartiner qui apprécient la qualité différenciée de nos noix et la transparence de l'arbre au cerneau.

A.B. : *Et quels sont actuellement vos freins ou difficultés ?*

H. de C. : Il n'est pas simple de mettre en évidence notre qualité différenciée. Par exemple, nous mettons des dates limites d'utilisation optimale (DLUO) très courte, de 6 mois sur nos cerneaux natures, parce que nous estimons qu'au-delà la qualité de nos produits n'est plus le reflet de ce que nous souhaitons offrir aux consommateurs. C'est rarement le cas dans la filière. Un autre frein est la méconnaissance des consommateurs par rapport à l'intérêt nutritionnel des noix. Il y a un travail important de sensibilisation à réaliser.

A.B. : Effectivement, les consommateurs belges devraient augmenter leur consommation de fruits à coque. C'est une des 5 priorités définies par le Conseil Supérieur de la Santé et illustrées dans l'épi alimentaire.

Et précisément, au niveau de la qualité nutritionnelle des noix que vous cultivez pour la production d'huile et de produits à base de noix, j'ai noté un rapport très intéressant dans les proportions d'acides gras omega-6 et omega-3. D'après des analyses réalisées au CÉTRAL,⁽¹⁾ A mettre en bas de page (1) la FCCWB est membre du comité d'accompagnement du CÉTRAL de l'UCLouvain qui contribue au développement de produits nouveaux intéressants pour la santé. à l'UCLouvain, les noix que vous produisez montrent un rapport très proche de l'optimum de 3,5 recommandé par le Conseil Supérieur de la Santé.

A.B. : *Vous avez également parlé de l'importance de la vigilance des consommateurs par rapport à l'origine des produits, de leur propension à choisir certains produits plutôt que d'autres, et de leur perception de la qualité et de la provenance des aliments.*

H. de C. : Oui, de notre côté, nous sommes transparents sur l'ensem-



SCANNE MOI POUR PLUS D'INFOS

ble de notre filière et c'est un défi constant. Nous insistons sur plusieurs points : la qualité gustative supérieure de nos noix, la fraîcheur grâce à notre processus de cassage à la demande, la traçabilité et la transparence de notre production, et notre engagement envers une agriculture biologique et durable.

A.B. : *Quels sont vos projets de développements futurs ?*

H. de C. : Nous poursuivons la diversification des produits à base de noix. Nous avons beaucoup d'idées pour augmenter notre gamme et sommes ouverts à collaborer avec des artisans qui souhaitent travailler avec des produits locaux de qualité.

Nous sommes aussi ouverts à d'autres marchés comme celui des cuisines de collectivité. Notre production de noix est importante et nous pouvons nous adapter à différents besoins de nos clients.

A terme, nous souhaiterions développer une filière entière durable et équitable, comme il en existe pour le cacao.

Et étant maman de quatre enfants, j'aimerais aussi beaucoup développer un produit original qui leur soit destiné...

A.B. : *Hortense de Castries, je vous remercie chaleureusement pour cet échange enrichissant. Votre passion et votre engagement sont inspirants.*



DIALOGUE AUTOUR DES POULLAILLERS MOBILES : UNE RÉVOLUTION DOUCE DANS L'ÉLEVAGE DE POULES PONDEUSES EN WALLONIE – DANIEL ET SUZANNE COLLIENNE

A.B. : Les œufs ont longtemps été peu recommandés au niveau nutritionnel. Ils constituent pourtant une source de protéines d'excellente qualité. Ils sont une bonne source de vitamines B12, D, A, et de minéraux tels que le fer, le zinc et le sélénium. Ils contiennent également des composés antioxydants, telles la lutéine et la zéaxanthine. De surcroît, ils possèdent un bon pouvoir satiétogène, ce qui facilite la régulation du poids.

Dès lors pourquoi les boudier ? A cause du jaune d'œuf, riche en cholestérol... Auparavant, il était conseillé d'en modérer sa consommation afin de ne pas augmenter son risque de développer des maladies cardiovasculaires.

Depuis, de nombreuses études ont démontré le très faible impact du cholestérol des jaunes d'œufs sur le taux de cholestérol sanguin. Plus de raison donc de se priver de cet aliment aux qualités nutritionnelles exceptionnelles ... et peu coûteux.

Il faut également savoir que selon les méthodes d'élevage et de nourrissage, il existe des qualités différenciées d'œufs. Certains œufs possèdent un profil lipidique amélioré avec des niveaux élevés d'omega-3 dont le DHA, cet acide gras très important pour notre santé et dont les sources alimentaires sont peu nombreuses (poissons gras).

Pour illustrer cela, je vous propose de rencontrer Daniel et Suzanne Collien, agriculteurs bio passionnés et pionniers des poulaillers mobiles.

A.B. : *Bonjour Daniel et Suzanne, c'est un plaisir de vous rencontrer ! Votre ferme est un exemple inspirant de conversion réussie à l'agriculture biologique. Vous avez des cultures bio, des vaches laitières. J'aimerais qu'on se concentre aujourd'hui sur vos poulaillers mobiles, qui semblent être au cœur de votre approche. Comment décririez-vous le concept à quelqu'un qui n'en a jamais entendu parler ?*

D&S C. : Bonjour Anne, le plaisir est partagé ! Imaginez une maisonnette sur roues, qu'on déplace régulièrement dans nos prairies. C'est simple, mais ça change tout ! Au lieu d'avoir les poules concentrées au même endroit, elles ont toujours sur le pas de la porte : un espace à explorer, de l'herbe fraîche à picorer, des insectes à attraper et un sol propre sous leurs pattes.

A.B. : *Qu'est-ce qui vous a poussé à adopter cette technique ?*

D&S C. : La petite étincelle de départ, c'est l'idée d'utiliser des volailles pour déparasiter les prairies des bovins. Nous n'avons plus eu recours aux antibiotiques depuis 2002, le seul traitement allopathique utilisé, restait le vermifuge, justifié, des jeunes bovins. J'ai découvert les pou-

laillers mobiles en cherchant des alternatives, et j'ai tout de suite été séduit par l'idée de travailler avec la nature plutôt que contre elle.

A.B. : *Et le cahier des charges bio pour l'élevage des poules ne vous satisfaisait pas suffisamment.*

D&S C. : Non, car le règlement européen impose une limitation de 3000 poules pondeuses par bâtiment. Certains producteurs n'hésitent pas à coller les bâtiments les uns aux autres et ainsi monter à des exploitations de 12 à 42.000 poules pondeuses bio. Cela existe ici en Belgique. C'est très loin de la philosophie des élevages bio qui visent, en principe, à garantir des conditions de vie qui maximisent le bien-être des animaux.

A.B. : *Comment avez-vous commencé avec vos poulaillers mobiles ?*

D&S C. : Travailler avec des poulaillers mobiles, c'est prendre le contrepied de ces exploitations intensives. On a trouvé un constructeur, de poulaillers, allemand et nous avons commencé avec un modèle simple qui évolue en fonctions des retours d'expériences. Nos poulaillers sont conçus pour accueillir 225 poules chacun. Ils sont équipés de perchoirs, de pondoirs, d'un système d'alimentation, d'abreuvoirs, et d'une ventilation naturelle.

A.B. : *Et à quelle fréquence déplacez-vous les poulaillers ?*

D&S C. : En moyenne, tous les 7 à 10 jours. Ça dépend de la météo, de la densité de l'herbe, et de l'état du sol. En hiver, quand il gèle, ou l'été, quand il fait trop sec, il faut faire attention à ne pas abîmer les prairies.

A.B. : *Quels sont les avantages concrets de cette mobilité pour vos poules ?*

D&S C. : Le bien-être animal ! Les poules ont un accès constant à l'extérieur, elles peuvent exprimer leurs comportements naturels, comme gratter, picorer, se rouler dans la poussière. Ça réduit le stress,

les problèmes de picage entre les poules, et les maladies. De plus, elles trouvent une partie de leur alimentation dans les prairies, ce qui améliore la qualité des œufs.

A.B. : Effectivement, l'herbe étant naturellement riche en acide alpha-linolénique, l'acide gras initiateur de la famille des omega-3, ceux-ci se retrouvent accumulés dans les jaunes d'œufs.

A.B. : *Et pour vos prairies, quels sont les bénéfiques ?*

D&S C. : C'est un cercle vertueux ! Le déplacement régulier des poulaillers permet de fertiliser les prairies de manière naturelle et uniforme. Les déjections des poules enrichissent le sol en azote, en phosphore et en potassium, ce qui favorise la croissance de l'herbe. De plus, le picorage des poules limite le développement des parasites et des plantes non désirées.

A.B. : *Vous avez mentionné des problèmes de parasites. Comment les poulaillers mobiles vous aident-ils à les gérer ?*

D&S C. : En déplaçant les poules, on casse le cycle de vie des parasites. Les œufs de parasites présents dans le sol ne peuvent pas contaminer les poules, car elles sont déjà ailleurs. C'est une méthode simple et efficace, qui évite d'utiliser des traitements chimiques.

A.B. : Ainsi, tant pour la qualité différenciée des œufs, le bien-être animal, la bonne gestion des prairies, la diminution du risque de parasitose des poules pondeuses, vos poulaillers mobiles répondent positivement à vos attentes.

A.B. : *Par rapport à l'alimentation des poules, nous avons déjà abordé les avantages de la consommation d'herbe fraîche mais cela n'est pas suffisant. Vous leur fournissez également des graines. De quelle origine ?*





D&S C. : On essaie d'être le plus autonome possible. On nourrit nos poules avec 60% de céréales produites sur la ferme : triticales, orge, avoine pour l'énergie, pois et féverole pour les protéines, dont 10% sous forme de graines germées comme source de vitamine B2. Nous leur donnons également un mélange de graines bio, enrichi en graines de lin extrudées pour augmenter encore l'apport en omega-3, que l'on retrouve dans nos œufs.

A.B. : *Vous avez rencontré des difficultés pour trouver une alimentation bio de qualité ?*

D&S C. : Oui, c'est un défi constant ! Par exemple, la filière bio a eu des problèmes avec la vitamine B2 dans les compléments de minéraux et vitamines ajoutés aux aliments. La filière de production internationale de B2 utilisait désormais des OGM, ce qui n'est pas conforme au cahier des charges bio. Nous avons cherché des alternatives, et nous avons finalement trouvé une solution en utilisant des céréales germées produites à la ferme.

A.B. : *Vous avez également collaboré avec l'université pour analyser la qualité de vos œufs. Quels ont été les résultats ?*

D & S C. : Les analyses ont montré que nos œufs avaient un bon profil nutritionnel, étaient riches en omega-3 et contenaient des quantités de DHA 3 à 4 fois supérieures à ce que l'on retrouve dans un œuf standard. De plus, ils étaient moins contaminés en PCB que des œufs produits en conventionnel. Cela nous a confortés dans notre démarche.

A.B. : *Votre démarche a fait boule de neige. De nombreux éleveurs sont venus s'informer chez vous et à présent il existe plus de 70 élevages de poules en poulaillers mobiles en Wallonie ! Vous développez une filière, je pense.*

D & S C. : Daniel siège au Collège des Producteurs de la Région Wallonne et l'objectif est de créer une filière de poules pondeuses en pâturage. L'asbl est en cours de construction mais nous avons déjà le logo

A.B. : Vous avez parlé de la commercialisation de vos œufs. Comment vous organisez-vous ?

D&S C. : On vend nos œufs directement à la ferme, sur les marchés locaux, et dans quelques magasins. Nous avons également des contacts avec des cuisines de collectivités, qui sont de plus en plus intéressées par les produits locaux. Il y a cependant certaines difficultés à surmonter : le prix de nos œufs est plus élevé étant donné notre méthode d'élevage, l'ajout d'une alimentation riche en omega-3 et le travail très important que cela nous demande. On essaie de valoriser au maximum nos œufs, en mettant en avant leur qualité nutritionnelle, leur goût, et leur origine.

A.B. : *On comprend aisément la différence de prix et de qualité. Par ailleurs, les cuisines de collectivité demandent souvent des œufs sans coquille. Or malheureusement, il n'existe plus de casserie d'œufs en Wallonie. Un projet à soumettre à nos décideurs.*

A.B. : *Quels conseils donneriez-vous à un agriculteur qui souhaite se lancer dans l'élevage de poules pondeuses en bio avec des poulaillers mobiles ?*

D&S C. : C'est une belle diversification, « histoire de ne pas mettre tous ses œufs dans le même panier » ! Il faut être passionné, curieux, et prêt à apprendre tous les jours. Il faut aussi être organisé, car cela demande beaucoup de travail. Mais c'est une activité gratifiante, qui permet de vivre de sa passion tout en respectant l'environnement et les animaux et en fournissant des produits de grande qualité pour les consommateurs.

A.B. : *Daniel et Suzanne, merci infiniment pour votre temps et votre partage d'expérience. Votre approche est une source d'inspiration pour la mise en pratique du concept « One Health », bon pour la planète et bon pour la santé humaine.*

INVITATION grandes cuisines collectives

JOURNÉES
PORTES
OUVERTES

26/05
JUSQU'AU
27/05

10h - 19h

à ne pas manquer:

- Nouvelle ligne MKN Optima
- Cuisson ultra-rapide signée Unox Evereo : le tout premier frigo chaud
- RoboQbo : la machine révolutionnaire pour cuisines centrales
- Occasion exclusive d'assister à une démonstration exceptionnelle de nos chefs ambassadeurs Moretti Forni en action
- Dégustations de vin

...et encore bien plus à voir, goûter et tester !



MORETTI X PERIENCE

HOBART



All in one. One for all.



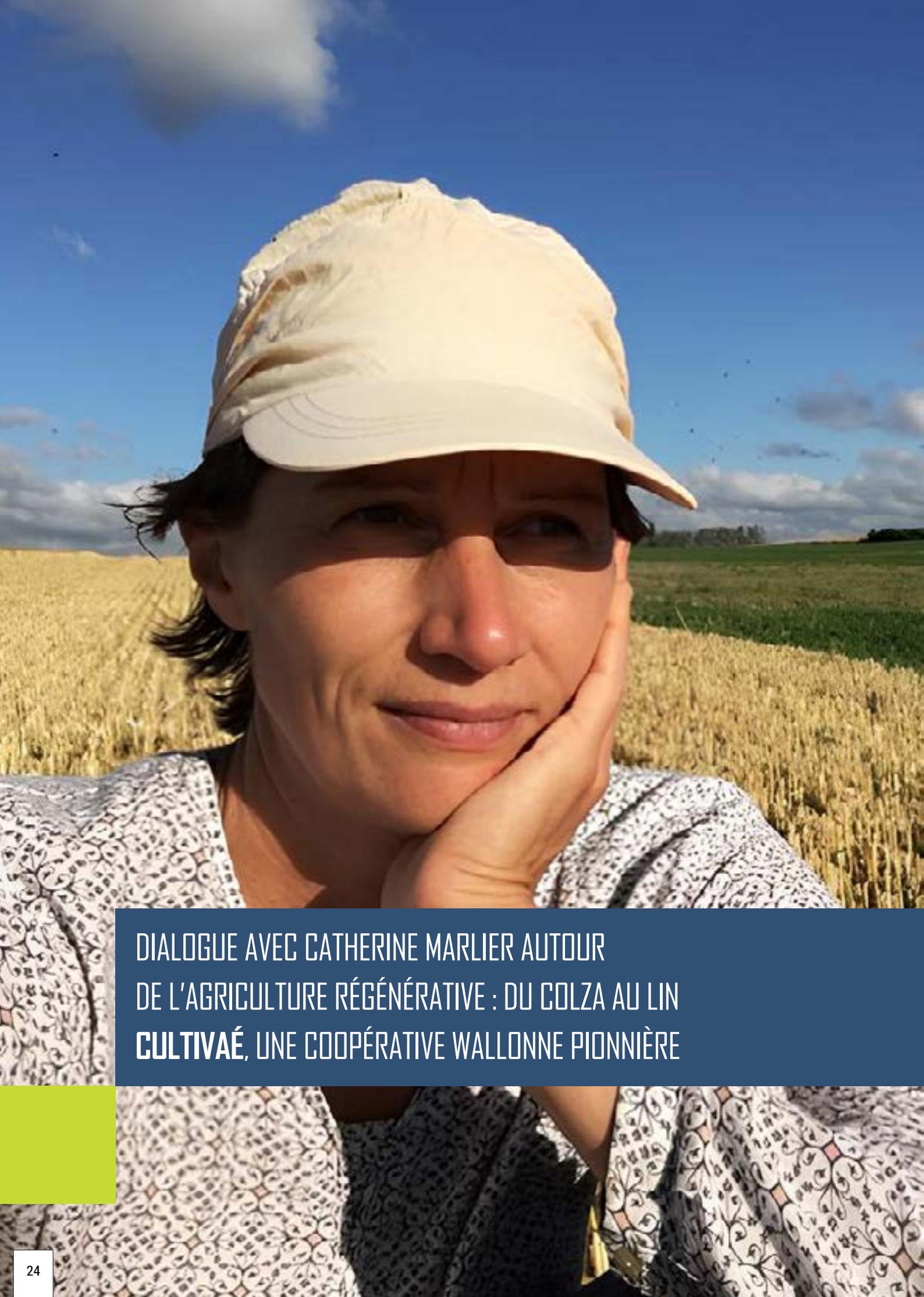
HORECA
GERKENS
Handelsstrasse 3 - 4700 Eupen
+32(0)87560250 | info@horeca-gerkens.com



Plus d'infos
Mehr Infos !



horecagerkens



DIALOGUE AVEC CATHERINE MARLIER AUTOUR
DE L'AGRICULTURE RÉGÉNÉRATIVE : DU COLZA AU LIN
CULTIVAÉ, UNE COOPÉRATIVE WALLONNE PIONNIÈRE



A.B. : Pourquoi allons-nous nous intéresser à la culture du lin et du colza ? Parce que tant les graines de lin que de colza sont des sources d'acides gras omega-3. L'huile de lin est particulièrement riche en omega-3 (54 à 61% des acides gras totaux contenus dans son huile). L'huile de colza en est également une source intéressante (11 à 13% des acides gras totaux). Dans les deux cas, les ratios omega-6/omega-3 sont très bas (0,2 pour le lin et 1,8 pour le colza), ce qui est particulièrement intéressant. En effet, notre alimentation habituelle nous fournit beaucoup plus d'omega-6 que d'omega-3 et le ratio s'approche plus de 10 que de 3,5, comme préconisé. C'est pourquoi, enrichir son alimentation de produits riches en omega-3 présente un réel intérêt pour une alimentation saine, notamment en termes de prévention cardio-vasculaire. Par ailleurs les graines de lin et de colza ou les huiles qu'on en extrait peuvent être incorporées dans les aliments pour animaux, enrichissant ainsi la viande, les œufs ou même les poissons en acides gras bénéfiques pour la santé humaine.

En résumé, les cultures de lin et de colza contribuent à améliorer le profil nutritionnel de notre alimentation et ont des applications variées allant de la consommation humaine à l'alimentation animale. Partons à la rencontre d'une coopérative belge qui en produit.

A.B. : *Bonjour Catherine, c'est un honneur de vous accueillir. Votre coopérative est un modèle d'agriculture régénérative. Pourriez-vous nous décrire votre parcours et les motivations qui vous ont poussée vers cette voie ?*

C.M. : Bonjour Anne, le plaisir est partagé. Je suis ingénieure agronome et fille d'agriculteur. J'ai grandi dans une ferme conventionnelle. J'ai vu les difficultés économiques grandissantes des agriculteurs, et en parallèle l'augmentation de l'érosion des sols, la perte de biodiversité... Face à cette situation, j'ai vu des agriculteurs changer de cap, et j'ai voulu encourager ce changement.

A.B. : *Et comment s'est concrétisée cette prise de conscience ?*

C.M. : Je suis convaincue que des sols sains permettent de produire des aliments sains et qui auront un impact positif sur la santé humaine. C'est le crédo de notre coopérative qui pratique une agriculture régénérative. C'est une approche qui vise à restaurer la santé des sols, à augmenter la biodiversité, à stocker du carbone dans les sols, et à rendre les fermes plus résilientes face aux aléas climatiques.

A.B. : *Vous parlez de la coopérative « CultivAé ».*

C.M. : Oui, elle est composée de 3 membres fondateurs et 7 agriculteurs stratégiques qui ont changé les pratiques dans leurs fermes et s'investissent continuellement dans le transitionnel. A présent, 180 agriculteurs nous ont rejoints et travaillent avec nous suivant le cahier des charges de la coopérative. Et le nombre ne cesse d'augmenter.

A.B. : *Pouvez-vous nous donner des exemples concrets de pratiques que vous mettez en œuvre dans vos cultures ?*

C.M. : Bien sûr. Tout d'abord, on réduit au maximum le travail du sol. On essaie de ne plus labourer, ou alors de travailler le sol très légèrement. Cela permet de préserver la structure du sol et cela fa-





vorise la vie microbienne. On utilise également des couverts végétaux entre deux cultures. Ceux-ci produisent beaucoup de biomasse, qui fixe l'azote de l'air (dans le cas des légumineuses), . Une fois enfouies dans le sol, ces plantes constituent un engrais excellent et/ou contribue à la santé des cultures ultérieures.

A.B. : *Et comment gérez-vous la fertilisation ?*

C.M. : Nous maximisons les éléments qui proviennent des animaux dans notre fertilisation, engrais d'origine organique, et nous limitons les fertilisants chimiques produits à partir du pétrole. Et par ailleurs, nous essayons de réintroduire des animaux dans les rotations, ce qui a un impact positif sur la biodiversité.

A.B. : *Vous allongez également les rotations ?*

C.M. : Oui, au lieu de faire des rotations avec trois ou quatre cultures, on essaie d'en mettre dix différentes. On associe aussi des cultures différentes, comme le pois et le froment, que nous cultivons ensemble sur la même parcelle.

En résumé, nous faisons plus appel à nos connaissances en agronomie qu'en chimie.

A.B. : *Si je comprends bien, vos productions suivent un cahier des charges différents des aliments Bio.*

CM : Cela dépend des cultures. Par exemple, pour le colza, nous produisons 500 tonnes en conventionnel et 250 tonnes en bio. Cependant,

pour l'ensemble de nos cultures, nous n'utilisons pas d'insecticide au stockage : l'objectif est : zéro résidu sur les épis.

A.B. : *Vous avez développé une production importante de différentes céréales, d'orge, 4000 tonnes je pense. Vous produisez également beaucoup de colza. Vos acheteurs vous choisissent selon quels critères ?*

C.M. : De nombreuses brasseries ont fait appel à nous pour la qualité organoleptique particulière de nos différents orges. Pour le colza, nous travaillons avec une entreprise en Flandre pour l'extraction de l'huile. Cette entreprise est très sensible à notre impact carbone plus faible car nous utilisons moins de fuel pour les tracteurs et moins d'intrants chimiques issus de la filière pétrolière, alors que nous augmentons le stockage du carbone dans les sols.

A.B. : *Vous avez également évoqué le lin. C'est une culture que vous avez relancée en Belgique, si j'ai bien compris ?*

C.M. : Oui, c'est exact. Presque tout le lin que l'on trouve en Belgique est du lin textile, qui n'est pas adapté à la production d'huile alimentaire. Le lin oléagineux, destiné à l'alimentation humaine était jusqu'ici principalement produit au Kazakhstan, le plus grand producteur mondial. Or, comme nous savons que l'huile de lin est particulièrement riche en omega-3, nous avons trouvé intéressant de relancer la culture du lin oléagineux, en commençant par des essais expérimentaux pour voir si on pouvait le faire pousser et le récolter dans nos régions.



A.B. : *Et quels sont les résultats de ces essais ?*

C.M. : Ils sont encourageants. Nous avons réussi à produire du lin de qualité, et nous travaillons maintenant sur la mise en place d'une filière locale, de la production à la transformation.

A.B. : *Vous avez également collaboré avec des laboratoires de recherche pour analyser la qualité de vos produits. Quels ont été les résultats ?*

C.M. : Effectivement, ces analyses portaient sur les résidus de pesticides et sur la composition nutritionnelle de nos grains. On a constaté que nos produits étaient moins contaminés et plus riches en oligoéléments que dans les cultures conventionnelles.

A.B. : *Vous avez parlé de la volonté, voire de la nécessité, de créer des filières locales. Comment cela se traduit-il concrètement dans votre démarche ?*

C.M. : On essaie de travailler avec des partenaires locaux pour la transformation et la commercialisation de nos produits. On vend nos céréales à des brasseurs locaux, et on travaille avec une entreprise en Flandre pour la production d'huile de colza.

Actuellement nous proposons des graines de lin destinées à l'alimentation des poules pondeuses pour enrichir les œufs en omega-3. Et nous réfléchissons également à d'autres valorisations comme une production de l'huile de lin locale, très riche en omega-3, destinée cette fois à l'alimentation humaine.

A.B. : *Je pense que vous venez de décrocher un financement pour le développement d'une filière de production et de valorisation du lin oléagineux wallon. Pouvez-vous nous dire de quoi il s'agit ?*

C.M. : Nous venons effectivement de décrocher un projet de recherche-innovation important dans le cadre du pôle de compétitivité WAGRALIM.

Ce projet regroupe différents partenaires industriels et scientifiques, en particulier l'huilerie Vandeputte, le Centre de recherche agronomique de la Région wallonne et l'UCLouvain via sa plateforme CÉTRAL. Nous espérons revenir déjà d'ici 2 ans peut-être avec des développements concrets. Une fois les produits finaux mis aux point, nous espérons pouvoir collaborer, entre autres, avec les structures des cuisines de collectivité, pour contribuer à fournir une alimentation saine plus riche en omega-3.

A.B. : *Catherine, merci infiniment pour cet échange passionnant. Votre engagement pour une agriculture régénérative et le développement de filières locales dans des productions intéressantes pour la santé est un exemple à suivre.*

C.M. : Merci à vous, Anne. C'est un plaisir de partager notre passion.

Dossier réalisé par le Dr. Anne Boucquiau



ET SI ON MANGEAIT « MIEUX GRAS » ? (SUITE GOUTEZ 26)

Dans le numéro 26 de votre magazine « Goutez », débutait une série d'articles sur la question du « manger mieux gras ». Le premier article était consacré aux notions de chimie et de nutrition nécessaires à une bonne compréhension des enjeux, avec un focus sur les acides gras qui sont les éléments de base permettant de construire les triglycérides et les phosphoglycérides qui sont eux-mêmes les principaux composants des graisses alimentaires. En complément au Grand Dossier de ce magazine qui met la lumière sur différentes sources locales de produits gras et sains, nous allons explorer ici quelques questions scientifiques utiles pour aider les professionnels de la cuisine de collectivité à bien maîtriser leurs choix parmi les ingrédients riches en lipides.

La faiblesse de nos apports alimentaires en acides gras omega-3 est préoccupante.

Nous avons vu que les « omega-3 » constituent une famille particulière d'acides gras insaturés. Si on en parle beaucoup, c'est parce que nous n'en consommons pas assez. Les enquêtes alimentaires démontrent que nous peinons à ingérer suffisamment d'omega-3 totaux et que la situation est encore plus critique lorsque l'on

s'intéresse plus particulièrement aux deux principaux acides gras omega-3 dits « à très longue chaîne », à savoir l'acide eicosapentaénoïque (EPA) et l'acide docosahexaénoïque (DHA). Le déficit en omega-3 dans nos assiettes s'est développé progressivement, après la seconde guerre mondiale, suite à des changements d'habitudes alimentaires. Pointons en particulier la promotion de certaines huiles très pauvres en omega-3 comme les huiles de tournesol, de maïs, de palme, d'olive ou de coco, ainsi que la chute de la consommation de certaines graines et de fruits secs comme les cerneaux de noix.

Depuis deux décennies, les nutritionnistes tentent de motiver les consommateurs à rééquilibrer leur alimentation en privilégiant les sources naturelles d'omega-3, alors que d'autres professionnels de la santé préconisent même la prise de compléments alimentaires sous forme de gélules d'omega-3.

La sélection de certaines denrées alimentaires peut nous offrir des apports en omega-3 suffisants.

Pour bien comprendre comment améliorer la situation, il faut distinguer l'acide alpha-linolénique (ALA) qui est le précurseur de la famille des omega-3 et les deux principaux omega-3 à très longue

chaîne, à savoir l'EPA et le DHA. Quantitativement, c'est l'acide gras ALA qui constitue la part majeure de nos besoins en omega-3 (2,2 à 4,4 grammes par jour pour une femme adulte et 2,8 à 5,6 grammes par jour pour un homme adulte). Les apports en EPA et DHA sont précieux, voire indispensables pour ce qui est du DHA, mais ils correspondent à une part mineure des quantités d'omega-3 à ingérer (250 à 500 milligrammes par jour).

Pour combler nos besoins en ALA, la piste des végétaux doit être privilégiée. Si certaines huiles citées ci-dessus sont très pauvres (voir également le tableau récapitulatif à la page 68 de votre magazine « Goutez » précédent), d'autres sont des sources précieuses de ALA. La médaille d'or revient à l'huile de lin (55 à 60% des acides gras totaux, mais avec un rapport omega-6/omega-3 de 0,2, ce qui est très bas).

Outre le lin, d'autres huiles végétales facilement accessibles nous apportent de l'ALA. Un très bel exemple est celui de l'huile de colza (canola) avec un contenu en ALA de 11 à 13% des acides gras totaux et un rapport omega-6/omega-3 proche de 2, ce qui est excellent.

L'huile de noix est également fort intéressante avec une teneur en ALA d'environ 15% des acides gras totaux et un rapport omega-6/omega-3 proche de la recommandation de 3,5 du Conseil Supérieur de la Santé belge, en tout cas pour certaines variétés dont celles présentées dans ce Grand Dossier.

D'autres huiles, moins familières mais issues de plantes cultivées en Belgique, sont également riches en ALA. C'est notamment le cas de l'huile de chanvre dans laquelle ALA compte pour environ 22% des acides gras totaux, avec un rapport omega-6/omega-3 de 2,5, c'est-à-dire bien au centre de la fourchette optimale (1 à 3,5).

On peut également trouver des huiles exotiques riches en ALA. Un exemple tout à fait intéressant est celui de l'huile de « Sacha Inchi » extraite des amandes des fruits produits par une liane originaire de la zone amazonienne du Pérou et de la Colombie. Les populations de ces régions consomment ces amandes particulières sous forme toastée, comme nous consommons des cacahuètes ou des amandes grillées. Le Sacha Inchi est actuellement cultivé dans différentes régions du monde et notamment en Asie du Sud-Est. L'huile de Sacha Inchi est autorisée sur le marché européen. Son intérêt réside dans sa très faible teneur en acides gras saturés mais surtout dans sa teneur élevée en ALA (environ 50% des acides gras totaux) avec un rapport omega-6/omega-3 d'environ 0,8.



Les produits d'origine animale peuvent également apporter de l'ALA en quantité significative, même si les proportions restent assez faibles

par rapport aux acides gras totaux ingérés. Tout dépend de l'alimentation des animaux. Les teneurs en ALA sont très faibles lorsque les animaux sont élevés sur base d'aliments standards. Cependant, une nourriture enrichie en ingrédients dérivés de graines de lin permet d'augmenter significativement les teneurs en ALA dans les produits d'origine animale. C'est le cas pour les œufs et pour la viande des animaux monogastriques comme le porc ou le poulet. Une portion de 100 grammes de viande d'un porc nourri avec un aliment enrichi en lin peut apporter jusqu'à 400 milligrammes de ALA. Un œuf de 60 grammes peut apporter plus de 200 milligrammes de ALA.

Pour les produits issus des animaux ruminants, les effets de l'ajout de lin à l'alimentation sont significatifs mais moins marqués en termes quantitatifs. La raison en est simplement la présence du rumen qui est une énorme poche pré-stomacale du tube digestif des ruminants. Ce rumen est le siège d'une intense fermentation qui se déroule à l'abri de l'oxygène. Les acides gras polyinsaturés des aliments, et notamment le ALA, y sont modifiés par certains microorganismes via des processus de réduction chimique (biohydrogénation) qui éliminent les doubles liaisons des acides gras. Le phénomène n'est pas complet mais seulement une petite part des acides gras polyinsaturés des aliments arrive à passer l'étape ruménale sans modification chimique. Dès lors, peu de ALA arrive dans l'intestin de ces animaux et on en retrouve donc très peu dans le lait ou la viande. Dans notre laboratoire, nous avons beaucoup travaillé sur l'amélioration du profil en acides gras du lait de vache. Nous avons obtenu du lait avec 1% de ALA parmi les acides gras totaux, au lieu de 0,3%. Cela veut dire un triplement. On peut s'en réjouir mais force est quand-même de constater que les doses restent négligeables si on s'intéresse aux apports quantitatifs en ALA.

Les omega-3 à très longue chaîne et en particulier le DHA ne se retrouvent que dans certaines matrices alimentaires d'origine animale.

Pour trouver les précieux omega-3 à très longue chaîne que sont l'EPA et le DHA, il faut se tourner vers des produits d'origine animale comme déjà mentionné dans l'interview introductive du Grand Dossier. Les deux principales sources sont les poissons et les œufs. Mais attention au fait que tous les filets de poissons et tous les œufs ne sont pas riches en EPA et surtout en DHA. Dans les deux cas, tout dépend de l'alimentation de ces animaux.

Les poissons ne sont pas systématiquement une bonne source d'omega-3 à très longue chaîne.

Les poissons gras ou semi-gras pêchés en mer sont naturellement riches en EPA et DHA, en raison de la chaîne trophique en amont. Ce sont des poissons qui accumulent une partie de leurs réserves lipidiques dans la chair. Les filets de ces poissons sont donc une bonne source d'omega-3 à très longue chaîne. Les poissons de mer dont la chair est maigre contiennent aussi de l'EPA et du DHA mais en quantités faibles par portion.

Pour ce qui est des poissons d'élevage, les teneurs en EPA et DHA sont très variables en fonction des conditions d'élevage et en particulier de la composition des aliments qu'on leur fournit. On peut arriver à des teneurs négligeables, voire indétectables, d'omega-3 dans les filets de certains poissons. C'est le cas notamment du Pangasius dont les filets congelés sont vendus à bas prix. Ces filets proviennent de certains élevages intensifs, notamment dans le delta du Mékong au

Vietnam, où les huiles utilisées pour fabriquer les aliments pour poissons sont dépourvues d'omega-3. Des analyses effectuées dans notre laboratoire à Louvain-la-Neuve ont clairement démontré que l'huile de palme était privilégiée pour nourrir ces poissons.

Le cas du Pangasius est extrême mais les pratiques de nourrissage ne sont pas nécessairement idéales ailleurs. L'utilisation d'huile de poissons pour fabriquer des aliments pour poissons d'élevage n'est pas durable en raison de la surpêche de bancs de petits poissons qui appauvrissent les océans et déstabilisent les chaînes trophiques naturelles. Le prix de cette matière première devient par ailleurs très élevé car plus rare et fort demandée. Dès lors, les grandes entreprises de production d'aliments pour poissons se tournent vers des sources végétales d'huile, en faisant très attention à leur prix. L'huile de palme, bon marché et produite en grande quantité au niveau mondial, est dès lors une option, certes peu recommandable pour la santé publique et l'environnement mais très lucrative. Cette huile ne convient cependant pas pour toutes les espèces de poissons. Certaines espèces dont les salmonidés ont en effet eux-mêmes des besoins nutritionnels spécifiques en acides gras omega-6 et omega-3. La solution choisie dans de nombreux élevages et pour de nombreuses espèces est dès lors venue de l'huile de soja qui est utilisée comme ingrédient lipidique pour nourrir les poissons pendant une grande partie de leur croissance. Ceci donne malheureusement des filets pauvres en EPA et DHA. Pour corriger cela partiellement, un régime de finition incluant de l'huile de poisson est dès lors souvent introduit pour remonter les taux d'omega-3 dans la chair.

Une alternative que je préconise et qui commence d'ailleurs déjà à être adoptée dans certains élevages est d'utiliser des huiles végétales riches en ALA comme l'huile de lin ou moyennement riches comme l'huile de colza. Les poissons comme les salmonidés (truites, saumons, ...) qui ont naturellement une capacité métabolique significative de conversion de l'ALA en omega-3 à très longue chaîne peuvent alors fabriquer et accumuler des quantités significatives d'EPA et de DHA dans leur chair et répondre à nos besoins nutritionnels sans dépendre des huiles de poissons et dès lors sans dégrader les équilibres de la faune marine.

Au niveau wallon, nous avons récemment suivi des producteurs locaux dans leurs essais de production de truites de qualité différenciée. Un aliment de finition riche en EPA et DHA a permis d'obtenir des filets de truites atteignant les doses journalières recommandées en ces acides gras pour des portions de 60 grammes. L'étape suivante sera de passer à des aliments basés sur de l'huile de lin pour s'affranchir complètement des huiles de poissons dans cette filière wallonne, tout en répondant à nos attentes nutritionnelles.

Les œufs de poules pondeuses peuvent également contribuer à nos apports en omega-3 à très longue chaîne.

Les produits alimentaires dérivés des animaux terrestres ne contiennent habituellement pas de DHA et très peu d'EPA. En revanche, de manière a priori étonnante, les œufs de poules pondeuses contiennent toujours un peu de DHA dans leur jaune, environ 20 à 25 milligrammes par œuf pour des œufs standards. Ceci même si leur alimentation est très pauvre en omega-3. La raison de cela est physiologique. Le DHA est en effet indispensable au développement cérébral chez les animaux et les humains. Les mammifères bénéficient d'un placenta pour faire passer du DHA, via un canal moléculaire spécifique, de la mère

gestante à son fœtus. Les premières phases de l'allaitement sont une occasion supplémentaire d'approvisionner le nouveau-né en DHA.

Dans le cas des volailles, aucune des deux options d'approvisionnement mentionnées ci-dessus (placenta et lait) n'est disponible. Dès lors, le minimum vital de DHA doit absolument être apporté par l'œuf pour permettre de développement du poussin. Les poules peuvent en arriver à devenir elles-mêmes carencées en DHA au bout d'un cycle de ponte, mais elles transféreront toujours un peu de DHA dans



les œufs. Si maintenant l'alimentation des poules est optimisée en apportant une quantité supplémentaire de ALA par rapport à un aliment standard, par exemple via le pâturage et/ou via l'incorporation de graines de lin ou de colza ou de produits dérivés dans l'aliment, alors la capacité de conversion en DHA est mieux valorisée et la quantité de DHA par œuf sera augmentée jusqu'à atteindre un plafond à environ 100 mg par œuf. De manière étonnante, nos essais au laboratoire ont montré que la dose de DHA par œuf n'augmente pas au-delà de 100 mg, même si les poules reçoivent un aliment très riche en ALA, suggérant qu'une dose maximale ne doit pas être dépassée pour assurer le développement adéquat de l'embryon de poussin.

La cuisson des matrices alimentaires riches en acides gras polyinsaturés doit être mesurée.

La question de la stabilité des acides gras polyinsaturés contenus dans les denrées alimentaires lors de leur cuisson est pertinente et la réponse n'est pas simple car la stabilité est variable en fonction de la matrice alimentaire et du degré de cuisson. De toute manière, il convient de ne pas dépasser les temps et température de cuisson adéquates. En réalisant des préparations culinaires avec des œufs riches en DHA, nous avons notamment observé une grande stabilité de cet acide gras précieux lors de la cuisson des œufs durs ou même lors de la préparation de gâteaux quatre-quarts moelleux. Par contre, la cuisson au four de biscuits fins entraîne une dégradation significative du DHA. Cela ne sert donc à rien d'utiliser des œufs riches en DHA pour ce type de produit dérivé.

Il faut être particulièrement prudent quant au stockage et à l'utilisation des huiles polyinsaturées, et en particulier de celles qui

sont riches en omega-3.

La question de l'oxydation est cruciale pour la qualité des huiles et produits gras. Au laboratoire, nous avons beaucoup investigué cette question dans le cas des huiles très insaturées. Il faut savoir que plus une huile contient des acides gras insaturés et surtout polyinsaturés, plus elle est sensible à l'oxydation et donc plus elle rancit vite. Le processus chimique d'oxydation est complexe. Il prend déjà place à basse température et s'amplifie lorsque les matières grasses sont chauffées et/ou laissées en contact avec l'air et/ou la lumière. Le gros souci est qu'il génère des composés secondaires d'oxydation qui sont toxiques, en particulier des aldéhydes dont certains sont cancérigènes. Le rancissement des huiles est heureusement rapidement perceptible et rend l'huile très désagréable au goût, ce qui limite l'ingestion des produits toxiques issus de l'oxydation.

Pour éviter ou retarder le processus d'oxydation des huiles polyinsaturées, il faut adopter plusieurs mesures de base, à savoir protéger les huiles de la lumière (bouteilles ambrées), garder une température de stockage basse et éviter au maximum le contact avec l'air. Pour ce dernier point, l'utilisation de petits conditionnements qui limitent le nombre d'ouvertures du contenant est à encourager.

Outre les mesures de protection élémentaires mentionnées ci-dessus, il convient d'ajouter des antioxydants, si possible naturels, aux huiles sensibles, pour contrecarrer les processus chimiques d'oxydation. L'antioxydant naturel classique ajouté est la vitamine E qui a l'avantage d'être liposoluble. Les recherches que nous avons menées au laboratoire ont cependant clairement montré que les huiles très sensibles à l'oxydation ne sont pas suffisamment protégées par l'ajout de vitamine E. Par contre, certains extraits végétaux sont excessivement efficaces pour empêcher ou tout au moins retarder fortement l'oxydation et donc le rancissement des huiles riches en omega-3. Des extraits de thé et de romarin se sont montrés franchement efficaces. Les incorporer dans une huile demande par contre une approche technologique complexe mais déjà bien maîtrisée par certains industriels.

Le chauffage intense des matières grasses peut générer des composés néoformés toxiques.

Le chauffage des matières grasses contenant des quantités significatives d'acides gras polyinsaturés entraîne la formation d'un nombre considérable de nouveaux composés, « les composés néoformés », qui posent question quant à notre santé. Pour certains d'entre eux, une toxicité a été démontrée alors que pour d'autres les données scientifiques sont insuffisantes ou inexistantes et aucune conclusion ne peut donc être tirée.

Comme évoqué plus haut, le chauffage des matières grasses polyinsaturées amplifie les processus d'oxydation et génère dès lors des doses significatives de composés d'oxydation comme des aldéhydes toxiques. Par ailleurs, le chauffage intense que l'on obtient par exemple dans les fritures profondes (aliments immergés dans une huile chauffée à une température supérieure à 100°C), modifie la configuration chimique de certains acides gras insaturés présents. Ceci donne lieu à la formation d'acides gras nouveaux comprenant notamment des doubles liaisons « trans ». Ces composés dits « trans » sont à éviter. Pour certains d'entre eux, des effets néfastes ont en effet été décrits, en particulier au niveau cardiovasculaire. La question des

acides gras trans sera détaillée avec celle du cholestérol dans le prochain article de la série « Et si on mangeait mieux gras ? » qui paraîtra dans le prochain numéro du magazine « Goûtez ».

En parallèle avec les problèmes d'oxydation et d'isomérisation, on observe également des phénomènes de polymérisation des lipides, en particulier avec la chaleur intense des fritures profondes. Les polymères formés sont une fois encore suspectés d'effets toxiques. Par ailleurs, ils augmentent la viscosité des huiles de friture. Ceci accroît la quantité de graisse restant collée aux aliments après le passage dans le bain d'huile et amplifie même la pénétration de certains composés néoformés toxiques de l'huile dans la matrice alimentaire elle-même.

Au fur et à mesure des utilisations successives des huiles de friture, l'accumulation des acides gras modifiés, des polymères et des produits secondaires d'oxydation comme les aldéhydes, rend ces huiles de plus en plus problématiques en termes de santé. Il faut donc absolument remplacer les huiles de friture très régulièrement.

Comme tous les phénomènes chimiques mentionnés ci-dessus sont d'autant plus intenses que la proportion d'acides gras polyinsaturés est grande, et que le nombre d'insaturations est élevé sur les acides gras, il faut absolument éviter de chauffer les huiles riches en acides gras polyinsaturés, en tout cas au-delà de 100°C et pendant un temps supérieur à quelques minutes. Au contraire, pour les préparations utilisant des matières grasses portées à haute température, il faut se tourner résolument vers les matières grasses les moins insaturées possibles, comme le blanc de bœuf, l'oléine de palme ou des huiles riches en acide oléique et très pauvres en omega-6 et omega-3.

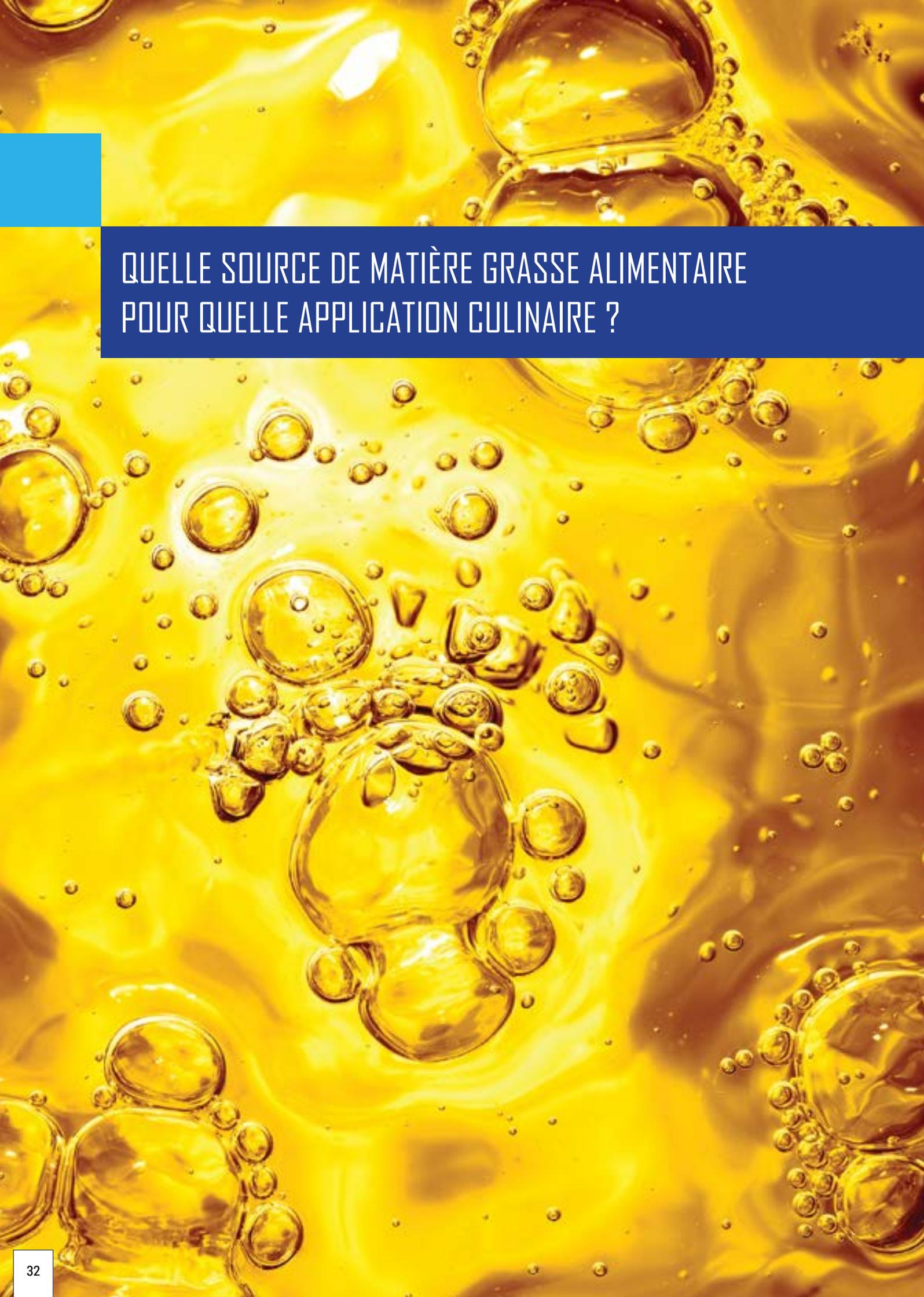
Des conseils plus pratiques sur l'utilisation des matières grasses les plus appropriées pour les différents types d'applications culinaires pourront être trouvés dans l'article qui suit, aux pages 32 à 34.

Ce deuxième volet de notre série d'articles sur le « mieux gras » a tenté de nous éclairer sur l'importance de certains acides gras polyinsaturés et en particulier sur différentes stratégies d'amélioration de nos apports en omega-3, d'une part via la combinaison judicieuse de différentes huiles végétales dans notre assiette et d'autre part via la sélection de denrées alimentaires d'origine animale dont la matière grasse a été améliorée (œufs, viande de porc et de volaille, chair de poissons). Attention cependant à bien protéger ces matrices grasses de l'oxydation et à les mettre en œuvre de manière adéquate en cuisine pour éviter la formation de composés néoformés parfois toxiques et la dégradation des acides gras les plus précieux ... qui sont aussi les plus fragiles.

Dans le prochain magazine, le troisième et dernier article de la série « Et si on mangeait mieux gras ? » traitera notamment de la question des acides gras trans et de celle du cholestérol, tous présents dans certaines des matières grasses que nous consommons.



Pr. Yvan Larondelle - UCLouvain



QUELLE SOURCE DE MATIÈRE GRASSE ALIMENTAIRE
POUR QUELLE APPLICATION CULINAIRE ?

En matière de conseils d'utilisation des matières grasses pour les opérations culinaires, les informations que l'on trouve dans la littérature, sur les sites internet et même sur les emballages, génèrent un certain flou qui complexifie les décisions à prendre par les opérateurs de terrain, notamment dans les cuisines de collectivité.

Ce qui est clair, c'est que nous avons des besoins alimentaires génériques en lipides avec une priorité quantitative à donner aux sources lipidiques riches en acide oléique (le principal omega-9). Nous avons aussi des besoins spécifiques en vitamines liposolubles et en acides gras polyinsaturés omega-6 et omega-3 (acide linoléique pour les omega-6, acide alpha-linolénique pour les omega-3, et acide docosahexaénoïque - DHA).

Il est clair aussi qu'il ne faut pas tabler sur la voie de la friture ou plus généralement des graisses de cuisson à haute température pour apporter des vitamines et acides gras polyinsaturés de qualité à nos consommateurs. Bien au contraire, il faut utiliser les préparations froides ou chauffées à des températures faibles pour véhiculer ces différents types de nutriments précieux.

Considérant la formation de toute une panoplie de nouveaux composés potentiellement toxiques lors des procédés culinaires impliquant des matières grasses portées à des températures très élevées (voir article « Et si mangeait mieux gras ? » dans ce magazine), il convient d'enlever au maximum ces graisses de nos assiettes. Cela veut dire un égouttage efficace pour se débarrasser du surplus d'huiles de friture et une élimination des graisses ayant servi aux cuissons à haute température, celles-ci pouvant être remplacées, si les besoins gustatifs l'exigent, par un filet d'huile fraîche. Plus généralement, on peut recommander de limiter la fréquence des repas faisant appel aux fritures et, dans la mesure du possible, aux autres cuissons utilisant des graisses portées à des températures très élevées.

Partant du constat que l'accumulation de composés néoformés lors du chauffage intense des matières grasses est particulièrement critique si ces matières grasses contiennent des acides gras polyinsaturés, il faut absolument éviter de les utiliser pour les préparations chaudes et en particulier pour les traitements à des températures qui dépassent 100°C.

Pour les préparations occasionnelles qui utilisent des matières grasses portées à très haute température, il faut choisir les matières grasses les moins insaturées possibles. A cet égard, le traditionnel « Blanc de bœuf » (environ 50% d'acides gras saturés et 45% de monoinsaturés) pourrait être réhabilité. Le beurre classique contient encore 18% de composés non lipidiques (environ 16% d'eau et 2% de protéines, lactose et minéraux). Ces composés peuvent interagir chimiquement et se dégrader lors des préparations culinaires chaudes, rendant le beurre non approprié pour ces pratiques.

Par contre, le beurre clarifié ou « huile de beurre » dans lequel ces composés ont été éliminés par la fonte du beurre suivie d'une décantation, peut convenir car il contient plus de 60% d'acides gras saturés et environ 30% de monoinsaturés. Dans le rayon végétal, l'huile de palme (environ 47% d'acides gras saturés, 43% de monoinsaturés et 10% d'omega-6) et l'huile de coco (84% d'acides gras saturés et 9% de monoinsaturés) peuvent également être utilisées, tout en gardant à l'esprit que ces huiles ne doivent pas être privilégiées, non seulement pour des raisons nutritionnelles mais aussi pour des raisons environnementales.

Des huiles végétales très riches en acide oléique et très pauvres en acides gras polyinsaturés peuvent aussi être sélectionnées pour les fritures. A ce propos, les informations fournies par les producteurs d'huiles sont malheureusement très lacunaires, ce qui sème la confusion chez les utilisateurs. Prenons l'exemple de l'huile de tournesol. Les variétés traditionnelles cultivées donnent une huile très riche en acide linoléique (40-63% d'omega-6). Celle-ci ne convient donc pas du tout pour les fritures. Par contre, certaines variétés sélectionnées plus récemment sont très riches en acide oléique et assez pauvres en acide linoléique. On parle alors de « tournesol oléique » (75-85% d'acide oléique, 5-7% d'omega-6 et des traces d'omega-3), mais l'indication n'est pas toujours présente sur les emballages. Cette huile convient pour les fritures, dans la mesure où on respecte scrupuleusement le renouvellement très fréquent des bains d'huile et que l'on ne dépasse jamais la température de 175°C.



Le scénario décrit ci-dessus pour l'huile de tournesol vaut également pour l'huile de colza. Les variétés de « canola » cultivées chez nous contiennent une majorité d'acide oléique mais aussi plus de 30% d'acides gras polyinsaturés (55-60% d'acide oléique, 22-23% d'omega-6 et 11-13% d'omega-3). Il ne faut donc pas les utiliser pour des fritures ou des cuissons à haute température. Par contre, certaines variétés récentes de colza donnent une huile avec moins de 20% d'acides gras polyinsaturés (75-80% d'acide oléique, 13% d'omega-6 et 3% d'omega-3). Ces diminutions, en particulier la chute drastique des omega-3, rendent cette huile de colza plus acceptable pour les fritures, moyennant le strict respect des règles évoquées ci-dessus. Par contre, l'intérêt nutritionnel d'une huile riche en omega-3 est totalement perdu et cet argument ne doit donc plus être mis en avant au niveau publicitaire. Les informations permettant de distinguer les différentes sortes d'huiles de tournesol ou de colza ne sont malheureusement pas toujours disponibles ou faciles à comprendre. Souvent, il faut lire la composition détaillée en acides gras (ou la réclamer si elle n'est pas fournie) pour être correctement informé.

L'huile d'arachide raffinée (65% d'acide oléique, 15% d'omega-6 et des traces d'omega-3) est très classiquement utilisée pour les préparations chaudes, y compris les fritures. Il pourrait en être de même pour

l'huile d'olive raffinée (75% d'acide oléique, 8% d'omega-6 et des traces d'omega-3) mais son utilisation est moins fréquente en raison de son coût élevé. Attention au fait que le raffinage de ces huiles est nécessaire pour une utilisation en friture, car il augmente le point de fumée (voir plus bas).

Les margarines ne sont pas utilisées pour les fritures en raison de la présence d'eau. Par contre, elles sont très largement utilisées pour les cuissons. La diversité des margarines est telle qu'il est impossible de donner des recommandations simples sur les sélections à faire. La prudence nous invite une fois de plus à choisir les margarines les moins insaturées possibles pour les cuissons, et à éliminer les graisses de cuisson même si la tentation de les valoriser dans des sauces est parfois grande. Rappelons-nous que ces ingrédients peuvent contenir des composés néfastes et ne sont de toute manière pas une bonne stratégie pour apporter les nutriments lipidiques essentiels dont les consommateurs ont besoin.

Le point de fumée est souvent utilisé pour nous guider dans la sélection des matières grasses utilisables pour les fritures. Dans les cas des aliments, ce point de fumée correspond à la température à partir de laquelle les molécules constitutives de la matière grasse se décomposent de manière visible. Ce point dépend de la composition de la matière grasse en acides gras, antioxydants et autres composés mineurs, mais aussi de son niveau de raffinage et des mesures prises pour assurer sa conservation. Ce n'est donc pas une valeur fixe

pour un type d'huile. Même deux huiles d'olive d'un même producteur peuvent avoir des points de fumée différents parce que leur composition, leur stockage ou leur conditionnement ne sont pas exactement identiques.

Si le point de fumée est un indicateur utile, il ne correspond pas à la température limite d'utilisation d'une huile ou d'une matière grasse en général. Il est vrai qu'à partir de cette valeur, la décomposition des molécules devient importante. De plus, des composés particulièrement indésirables se forment, comme les hydrocarbures aromatiques polycycliques dont certains membres présentent des effets cancérigènes. Par contre, le point de fumée est bien trop élevé pour constituer une limite pertinente concernant les applications culinaires. Des composés néoformés (produits d'oxydation, polymères, isomères trans) s'accumulent bien en deçà de cette valeur. Prenons l'exemple de l'huile de lin non raffinée. Le point de fumée se situe autour de 110°C. Cela ne veut pas du tout dire qu'on peut chauffer cette huile de lin jusqu'à 105°C, qui plus est pendant une période de plusieurs minutes. Cette huile ne peut pas être chauffée du tout car très riche en acides gras polyinsaturés. La même réserve concernant la référence au point de fumée peut être faite pour toutes les matières grasses.

Tableau 1 : Composition globale en acides gras (valeurs approximatives en % (g/g)) et conseils d'utilisations culinaires basés sur les arguments nutritionnels et de génération de composés néoformés présentés dans ce magazine

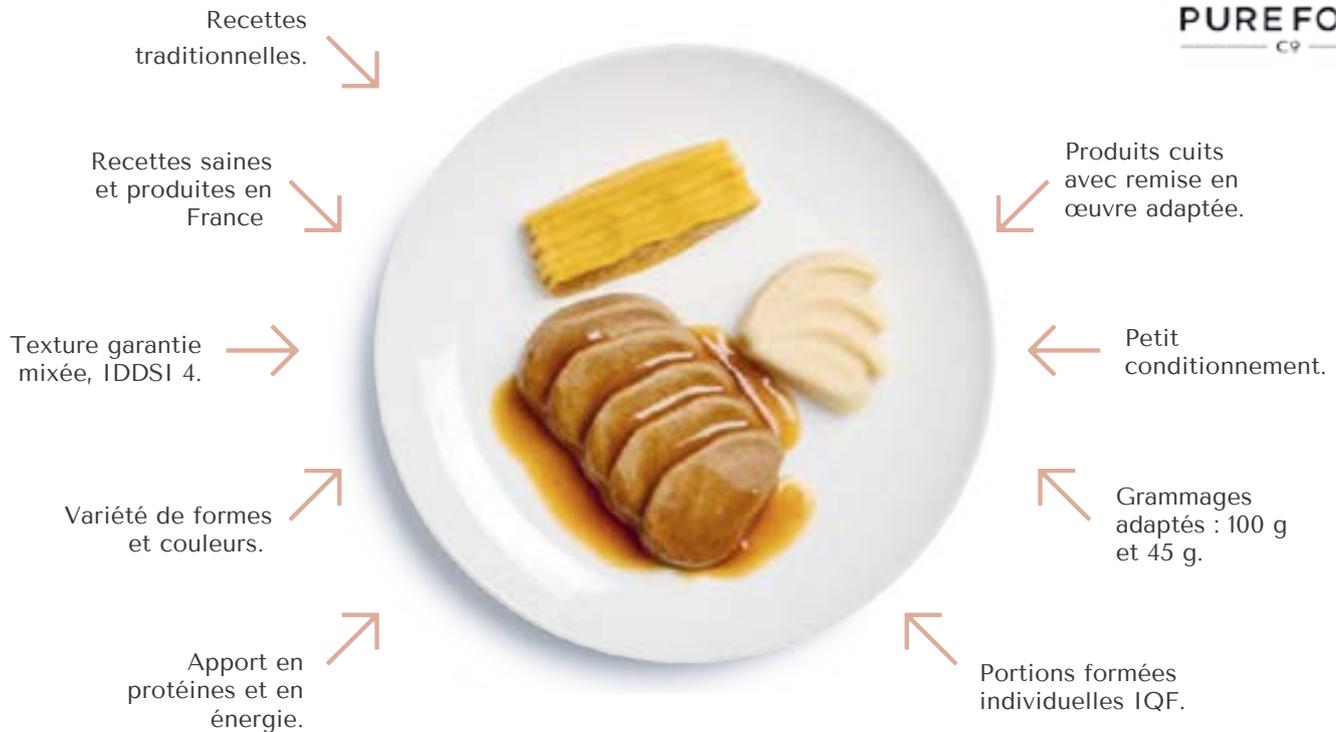
Matière grasse	Saturés	Monoinsaturés	Omega-6	Omega-3	Froid	Cuisson	Friture
Lin	10	18	14	57	😊	😞	😞
Chanvre	7	10	56	22	😊	😞	😞
Noix	9	17	58	15	😊	😞	😞
Colza (Canola)	6	57	22	12	😊	😐	😞
Colza oléique	6	77	13	3	😐	😊	😊
Soya	14	23	55	8	😊	😞	😞
Tournesol	12	33	52	<1	😐	😞	😞
T-sol oléique	12	80	6	<1	😐	😊	😊
Olive	15	75	8	<1	😊	😊	😐
Arachide	16	65	15	<1	😐	😊	😊
Coco	84	9	2	<1	😞	😐	😊
Palme	47	43	10	<1	😞	😐	😊
Graisse de bœuf	50	45	2	1	😞	😐	😊
Beurre (82% MG)	57	22	2	<1	😐	😞	😞
Beurre clarifié	65	30	4	1	😞	😊	😐
Margarine (70% MG)	30	28	8	2	😐	😊	😞

AG = acides gras ; MG = matière grasse ; T-sol = tournesol

Pr. Yvan Larondelle - UCLouvain

➤ UNE GAMME COMPLÈTE ET INNOVANTE
DE PRODUITS IDDSI 4

THE
PURE FOOD
C9



DES PRODUITS GOURMANDS, PENSÉS POUR LES RÉSIDENTS.



- Repas savoureux, colorés et variés, qui renforcent le plaisir de manger.
- Texture agréable et homogène, parfaitement adaptée aux troubles de la déglutition.
- Présentation d'assiette très appétissante.
- Recettes authentiques inspirées de la tradition culinaire française.
- Plats enrichis en protéines et en énergie, pour lutter contre la dénutrition et améliorer les apports nutritionnels des "petits mangeurs".

EN EXCLUSIVITÉ CHEZ **Sysco**

**COMMANDES: 24H/24 ET 7J/7,
PAR CONTACT PERSONNEL,
WEBSHOP OU APPLI.**

📍 Sysco Belgium SA, Rijksweg 19, 2880 Bornem, 03/393 94 70

🌐 www.sysco-be.com

✉ order-be@sysco.com

🤝 Sébastien Desmet : 0473 21 01 62 | sebastien.desmet@sysco.com



RENCONTRE AVEC MAGGY YERNA, ÉCHEVINE
DE LA POLITIQUE ALIMENTAIRE DE LA VILLE DE LIÈGE

A.B. : *Madame Yerna, la Fédération des Cuisines de Collectivités a souhaité vous rencontrer car vous développez de nombreux projets au profit d'une alimentation plus durable et accessible au sein du territoire liégeois.*

Avant de parler de vos projets, pourriez-vous nous en dire plus sur votre parcours professionnel et quel est le cheminement qui vous a conduit à ces engagements ?

M.Y. : Avec plaisir.

Je suis à la ville de Liège depuis 2001 et actuellement échevine de la politique alimentaire, entre autres compétences. J'insiste sur ce point car cela démontre déjà une volonté politique de s'emparer de cette matière.

Parallèlement je préside le Conseil d'administration de l'intercommunale ISoSL qui regroupe trois secteurs d'activités, la santé mentale, la gériatrie et le secteur des maisons de repos. Mon parcours est assez diversifié. Ma formation de sociologue m'a sensibilisée aux inégalités sociales et à la complexité des systèmes sociaux. Mes trois mandats de parlementaire m'ont permis de comprendre les mécanismes politiques et les défis de la mise en œuvre de politiques publiques. J'ai été confrontée de près aux difficultés d'accès à des services essentiels pour les populations les plus vulnérables, et l'alimentation s'est rapidement imposée comme un enjeu majeur. La présidence du CPAS de Liège a été une expérience formative, me confrontant aux réalités de la gestion des services publics et à la précarité de nombreuses familles.

L'Intercommunale ISoSL était déjà en charge des repas pour les hôpitaux et maisons de repos quand la Ville nous a sollicité pour la confection des repas dans les écoles et les crèches communales.

J'ai constaté que l'accès à une alimentation saine et équilibrée était souvent un obstacle majeur à l'épanouissement et au bien-être des personnes. Cette prise de conscience, combinée à ma conviction profonde que le changement social passe par des actions concrètes et une implication directe sur le terrain, m'a conduit à m'engager pleinement dans la promotion d'une alimentation durable et accessible à tous.

Et dans le cadre du développement économique et territorial, il est primordial de garder une vision globale. Nous avons des repas à fournir, des terres qui appartenaient à la Ville, des défis climatiques, ou encore des considérations économiques, comme l'emploi à intégrer et garder le plus possible non délocalisable.

Nous devons trouver des projets intégrant ces différentes dimensions.

Dans ce travail ambitieux, il est important de s'entourer de collaborateurs motivés et compétents informés des défis de l'alimentation durable, allant des enjeux des marchés mondiaux aux difficultés du travail de la terre.

A.B. : *Quelques chiffres d'abord pour illustrer la population de la Ville de Liège ?*

M.Y. : La ville de Liège compte environ 200.000 habitants mais plus de 600.000 personnes y transitent pour le travail, pour faire du sport, étudier, se faire soigner, etc.

A.B. : *Pouvez-vous nous détailler les différentes initiatives en matière d'alimentation durable ? Commençons par le programme "CreaFarm". De quoi s'agit-il ? Pouvez-vous nous expliquer plus en détail la nature de ce partenariat entre la Ville et les producteurs locaux? Quels sont les critères de sélection ?*

M.Y. : Le principe de CreaFarm est la mise à disposition de terrains agricoles de la Ville à des maraichers bio et locaux. C'est bien plus qu'une simple mise à disposition de terrains sains. La production alimentaire est un secteur économique en soi avec des emplois non délocalisables. On sait que l'accessibilité aux terres est un vrai problème pour les jeunes producteurs. Ce projet a démarré en 2019 et actuellement, nous comptons quatre projets CreaFarm, trois dédiées à la production alimentaire et une à d'autres activités non alimentaires (production de chanvre), en collaboration avec l'Université de Liège.

Ce sont des petites productions sur des terrains de 1 à 3 ha qui présentent un potentiel économique et agricole sur le territoire communal. L'ambition est que d'autres pouvoirs communaux fassent les mêmes choix que nous. C'est un partenariat véritablement collaboratif entre la ville et les petits



producteurs. Les critères de sélection ne se limitent pas à l'aspect économique. Nous privilégions aussi des projets qui intègrent des dimensions environnementales et sociales. Les producteurs doivent s'engager à utiliser des pratiques agricoles durables (agriculture biologique, protection de la biodiversité, etc.), et à commercialiser leurs produits en direct sur le champ ou sur les marchés locaux. Ils doivent aussi s'engager à organiser des actions de sensibilisation et d'éducation auprès du public. En échange, la Ville met à disposition des terrains adaptés de manière gratuite pour une période de 10 ans (renouvelable 1 fois), et assure un accompagnement technique et administratif pour faciliter leur développement.

Le succès de CreaFarm repose sur la synergie entre les objectifs de développement durable de la Ville et les besoins des petits producteurs. Nous travaillons activement à l'extension de ce modèle innovant à d'autres communes car cela permet de favoriser l'emploi local, améliorer le cadre de vie dans nos quartiers et créer du lien social entre les habitants. Mais il faut également des clients... Les terrains sont situés dans des quartiers densément peuplés et un lien direct se crée avec les maraichers. Dans la suite logique, nous avons aussi des milliers de repas à fournir quotidiennement dans les écoles et les crèches communales. Il y avait clairement une opportunité mais aussi des obstacles certains à franchir. Une des difficultés était de respecter la réglementation des marchés publics.

A.B. : *Effectivement, et vous semblez avoir trouvé des solutions au niveau des contraintes imposées par les marchés publics pour favoriser l'utilisation des productions locales. Quelles ont été les difficultés rencontrées et comment avez-vous surmonté ces obstacles ? Quels changements concrets avez-vous pu mettre en place ?*

M.Y. : ISO SL, qui produit les repas dans ses cuisines de collectivités a entamé un long travail de modification de ses marchés publics pour

s'approvisionner auprès des producteurs locaux. Nous avons revu l'ensemble des cahiers des charges avec des critères mettant l'accent sur la qualité, l'empreinte écologique et le mode de production des aliments, etc. Cela concerne actuellement la majorité des produits qui composent l'assiette des repas à destination des enfants soit une dizaine de cahiers des charges qui nous permettent à présent de nous fournir auprès de producteurs locaux. .

C'est vrai que c'est du côté des enfants dans les crèches et les écoles que nous avons décidé d'agir en priorité mais nous comptons bien étendre cette politique alimentaire durable dès que possible aux maisons de repos, hôpitaux et autres services de soins. Pour y arriver, nous avons travaillé de manière transversale avec les différents départements concernés (juridique, achats, cuisine, etc.) en démontrant l'impact positif de ce projet en matière de santé publique, le développement économique local et l'environnement.

Les changements concrets apportés concernent notamment l'introduction de critères de qualité et de durabilité (agriculture biologique, raisonnée, circuits courts) dans les cahiers des charges et une simplification des procédures administratives pour faciliter l'accès des petits producteurs aux marchés publics. Nous avons fait appel à des experts pour étayer nos arguments et avons travaillé en collaboration étroite avec les services concernés pour élaborer un nouveau cahier des charges adapté aux spécificités de notre approche. Le résultat est significatif: un nombre croissant de produits locaux et durables sont désormais disponibles dans les cantines scolaires. Nous en sommes actuellement à 80% des produits proposés dans les assiettes des enfants.

A.B. : *Il vous a fallu un travail important de sensibilisation à tous les niveaux pour activer ces changements.*

M.Y. : oui effectivement. Nous avons dû également sensibiliser les



responsables des cuisines pour adapter les menus à plus de saisonnalité. Mais il a également fallu travailler avec les enfants et leurs familles. La Fédération Wallonie-Bruxelles offre un soutien financier afin d'assurer la gratuité des repas dans les écoles à discrimination positive. Néanmoins il ne faut pas imaginer que tous les enfants mangent à l'école pour la cause. Il y a parfois une barrière culturelle et tout cela demande un accompagnement des enfants et des parents.

Nous avons effectué des actions pédagogiques en collaboration avec les écoles. Nous sensibilisons aussi au gaspillage alimentaire, à tous les niveaux, des cuisines, des personnes qui servent les repas, parfois en ayant peur que les enfants aient faim...

A.B. : *La Légumerie est un autre projet ambitieux. Pouvez-vous en dire plus sur ses objectifs et son fonctionnement ? Quels sont les principaux défis à relever pour ce type de structure ?*

M.Y. : Dans beaucoup de filières, en Wallonie principalement, on a perdu des outils de transformation importants, que ce soit des abattoirs, des ateliers de transformation de viande, des moulins, des casseries d'œufs pour les collectivités, etc. On en retrouve par contre beaucoup plus en Flandre.

Le projet de légumerie couplée à une conserverie sera un centre de transformation agroalimentaire destiné à traiter les légumes bio issus de producteurs locaux. L'objectif est de valoriser la production locale, d'améliorer la qualité et la conservation des produits, et d'approvisionner efficacement les cuisines collectives en produits de 4ème gamme (soit frais, nettoyés, épluchés et coupés) locaux de qualité. Le projet a pu voir le jour grâce à aux Fonds Européens du Plan de Relance et Résilience et la Ville a cédé le terrain sur lequel il va s'ériger. L'endroit est stratégique puisqu'il jouxte le marché matinal de Droixhe. L'ensemble devrait être opérationnel dans le courant du mois de juin. Par ailleurs, la Ville a acheté un bâtiment logistique pour accueillir des producteurs locaux et coopératives de distribution. L'ensemble de ces

projets sont reprises dans notre projet de Pôle Circuit-Court.

A.B. : *Enfin, votre engagement s'étend aussi aux quartiers défavorisés. Quelles sont les actions concrètes mises en place dans ce contexte ?*

M.Y. : Nous avons une maison de l'alimentation saine, durable et inclusive (MADIL) et nous développons des services pour lutter contre la précarité alimentaire dans les quartiers défavorisés. Cela se traduit par des ateliers de cuisine collectifs où les habitants apprennent à cuisiner des plats sains et abordables à partir de produits locaux et de saison. Il y a aussi des animations avec les enfants dans les écoles avec des visites dans les projets CREAMFARM. Cette sensibilisation de la fourche à la fourchette et former la génération future à d'autres habitudes de consommation sont des aspects très importants du projet.

A.B. : *Une phrase de conclusion ?*

M.Y. : En résumé, nous avons voulu travailler simultanément sur 5 axes stratégiques : favoriser la production locale, relocaliser des activités de transformation, permettre une accessibilité quel que soit le niveau socio-économique, sensibiliser et éduquer aux enjeux de santé et de durabilité tous les acteurs de la chaîne, y compris les consommateurs finaux tout en ayant une gouvernance axée sur des partenariats et le partage de valeurs communes.

A.B. : *Merci Madame Yerna pour cet éclairage complet et détaillé sur vos initiatives. Vos actions constituent un exemple inspirant de collaboration et d'innovation qui certainement fera des émules.*

M.Y. : Merci à vous.

Interview réalisée par le Dr. Anne Boucquiau

TRY IT NOW!

Gourmet Spray



- Vet voor alle warme bereidingen
 - Gebaseerd op plantaardige olie
 - Fijne nevel voor een optimale verdeling
 - Aangename botergeur en lactosevrij
 - Veelzijdig: frituren, stoven, woken, braden, kruiden, ...
-
- Graisse pour toutes les préparations chaudes
 - À base d'huile végétale
 - Brume fine pour une distribution optimale
 - Arôme agréable de beurre et sans lactose
 - Polyvalent: friture, braisage, cuisson au wok, rôtissage, assaisonnement, ..

TRY IT NOW!

Bunwax Spray



- Losmaakmiddel voor alle bakvormen
- Gebaseerd op plantaardige olie
- Fijne nevel voor een optimale verdeling
- Neutrale smaak en geur
- Vriezerbestendig

- Agent de démoulage pour tous les moules à pâtisserie
- À base d'huile végétale
- Brume fine pour une distribution optimale
- Goût et odeur neutres
- Convient au congélateur



QUELLE AGRICULTURE FACE AUX BESOINS ACTUELS DES CUISINES COLLECTIVES



Les besoins des cuisines de collectivité

Les cuisines collectives modernes doivent répondre à diverses attentes et besoins. Elles doivent garantir la qualité et la valeur nutritionnelle des repas tout en assurant la sécurité alimentaire en s'appuyant sur des règles strictes suivies par un personnel formé à la méthode HACCP (Hazard Analysis Critical Control Point). En plus de ces aspects, des considérations économiques liées au coût des produits entrent en jeu, le tout dans une approche durable visant à satisfaire les exigences de qualité, de quantité et de respect de l'environnement.

Le pouvoir organisateur des cuisines de collectivité qui est l'autorité responsable de la gestion et de l'organisation des services de restauration collective peut varier en fonction du type d'établissement (écoles, universités, maisons de repos, hôpitaux, entreprises, etc.) et peut être une personne physique ou morale, publique ou privée.

À l'heure actuelle, les pouvoirs organisateurs accordent une grande importance aux attentes sociétales, qui traduisent l'évolution vers une alimentation plus durable, équitable et saine, impliquant des ajustements continus. Parmi ces attentes, la qualité et la sécurité alimentaire sont primordiales, tout comme l'accessibilité des repas à des prix abordables, le respect des pratiques écologiques et l'amélioration des conditions de travail.

Par ailleurs, il convient également de s'appuyer sur des labels de qualité et des certifications BIO afin de garantir une alimentation respectueuse de l'environnement et de la santé des consommateurs, mais également d'assurer la traçabilité des produits allant généralement de pair avec le respect de normes sanitaires et d'engagements écrits dans des cahiers de charge.

Pour la Wallonie, les besoins actuels des cuisines de collectivité ont été estimés par le Collège des producteurs - Socopro (2025) que nous remercions de nous avoir fourni des données extrapolées à l'ensemble de la restauration collective wallonne qui compte : 200.000 repas par jour pour un total de plus de 3.000 cantines. Sur base d'enquêtes menées auprès des cantines signataires du Green Deal qui représente 10 % de la restauration collective wallonne, la demande annuelle peut être résumée dans le tableau suivant.

Besoins actuels des cuisines de collectivité en Wallonie

Légumes	6.000 -15.000 t.
Pommes de terre	5.500 t.
Pommes et poires	1.000 t.
Produits laitiers	6.000 t.
Viandes	
Bœuf	1.000 t.
Porc	1.000 t.
Volaille	1.500 t.

Source : Collège des producteurs – Socopro (2025)

Par ailleurs selon le dossier « Approvisionner le secteur de la restauration collective » publié par BioWallonie et Petel et al. (2018), la production nécessaire pour l'approvisionnement des cantines (repas chauds uniquement) sur une année serait la suivante.

Blé tendre	1.466	tonnes
Pommes de terre	11.151	tonnes
Pommes	3.988	tonnes
Poires	3.598	tonnes
Petits pois	357	tonnes
Carottes	2.454	tonnes
Haricots	1.915	tonnes
Lait	3.321	10³
Œufs	9.261	10³
Volaille	2.812	tonnes Pds vif
Bovins	758	tonnes Pds vif
Porcs	36	tonnes Pds vif

Source : BioWallonie. Approvisionner le secteur de la cuisine collective en Wallonie (2020)

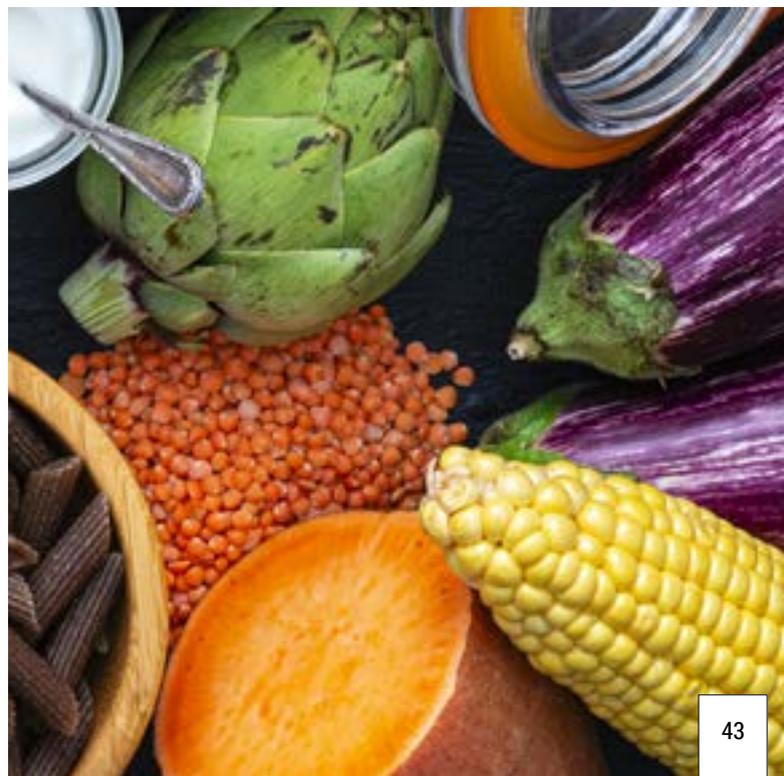
La capacité des productions végétales de nos régions

La capacité de production végétale wallonne est importante, mais ne permet pas de répondre à tous les besoins et exigences de la cuisine de collectivité. Des efforts ont conduit à la production de certaines denrées alimentaires comme c'est le cas notamment pour la pomme de terre et les carottes, mais une grande partie des légumes reste à produire localement.

La capacité de production est donnée dans les tableaux suivants.

Surface agricole utilisée Ha	Ha	%
Prairies permanentes	306.549	41,8
Cultures fourragères	95.837	13,1
Céréales	185.845	25,3
Culture industrielle	68.255	9,3
Pommes de terre	40.880	5,6
Production horticole comestible	16.662	2,3
Autre	19.880	2,7
	733.908	100,0

Source : Etat de l'Agriculture Wallonne





Légumes	Superficie Ha	Rendement t/ha	Production totale (t)
Petits pois	9.258	8	69.438
Haricots verts	2.693	12	32.310
Autres légumes	1.622	30	48.656
Oignons	1.299	60	77.938
Carottes	940	70	65.818
Racine de witloof	854	18	15.368
Épinards	175	22	3.852
Choux de Bruxelles	165	22	3.620
Asperges	95	7	668
Choux-fleurs	75	20	1.504
Poireaux	45	34	1.529
Céleris verts	35	55	1.900
Céleris raves	22	55	1.202
Choux blancs	14	20	272
Courgettes	11	20	222
Céleris blancs	4	55	238
Brocolis	3	10	28
Laitues pommées	2	30	75
Choux de Savoie	1	20	27
Chicorées frisées et scaroles	1	20	19
Échalotes		20	2
Salades alternatives		30	
Choux rouges		20	
	17.314		324.686

Source : Filière wallonne des légumes – Sytra 2023

En Belgique, la pomme de terre occupe actuellement une superficie d'environ 95.000 ha, dont 42.000 ha en Wallonie. La production nationale annuelle est de l'ordre de 3,5 à 4 millions de tonnes ces dernières années et la Wallonie y contribue pour 1,5 à 2 millions de tonnes.

La production de pommes de terre Bio et elle concerne 39.000 hectares en 2022.

En Belgique, la Wallonie représente 34 % des surfaces dédiées à la culture des légumes. La majorité de la production se situe donc en Flandre. En plus, les types de légumes cultivés diffèrent d'une région à l'autre.

À l'exception des superficies consacrées aux petits pois, toutes les autres cultures sont majoritairement concentrées en Flandre où une grande partie de la production des légumes a lieu sous serre dont 600 ha dédiés aux tomates.

En comparaison, on ne retrouve en Wallonie que 38 ha de superficie de légumes sous serre, dont 11 ha dédiés aux tomates.

La capacité des productions animales de nos régions

En 2023, 84,1 % des 9.958.617 animaux d'élevage recensés en Wallonie étaient des poulets et poules, 10,1 % des bovins, 3,4 % des porcins, 1,0 % des équidés et 1,0 % des ovins et caprins.

Selon l'Etat de l'Agriculture wallonne (2024), la viande bovine et le lait sont depuis longtemps les productions agricoles les plus valorisées en Wallonie. En 2022, leur valeur totale a dépassé 1 milliard d'euros.

En 2022, les productions animales représentaient 59 % de la valeur totale de la production. Bien que cette proportion ait tendance à diminuer au fil des ans, une augmentation a été observée en 2022, tant pour les animaux que pour leurs produits. Plus précisément, le lait et ses dérivés sont devenus la première production agricole wallonne, avec une valeur de 0,77 milliard d'euros. La viande bovine occupe la deuxième place avec 0,49 milliard d'euros

En 2023, selon le SPF Economie, le nombre exploitations ainsi que le cheptel de Wallonie se présentaient comme suit.

Adaptation de la production aux besoins des cuisines collectives

Wallonie	Nombre d'exploitations
Bovins	6.612
Bovins laitiers	2.725
Bovins viandeux	4.729
Porcs	364
Volaille	426
Poules pondeuses	158
Poulets de chair	252
	Nombre d'animaux
Bovins	1.009.060
Porcs	342.382
	Nombre de places
Volailles	8.391.547
Poules pondeuses	1.667.106
Poulets de chair	6.336.313



Les productions animales et végétales de notre région permettent de satisfaire, du moins en partie, les besoins des cuisines de collectivité. Cependant, des difficultés sont apparues pour permettre à ces productions de rencontrer la demande qui se caractérise par des appels d'offres, des quantités, une certaine forme de diversité, des produits accessibles sur le plan économique et respectueux des enjeux sociaux. À tout cela s'ajoutent d'autres défis que sont la saisonnalité des produits, les normes sanitaires et des aspects logistiques.

Devant ce constat, il est évident qu'il faut renforcer les partenariats locaux, qu'il faut soutenir les initiatives durables et qu'à tous les niveaux, il est important de réaliser la formation et la sensibilisation.

Renforcer les partenariats

Renforcer les partenariats conduit à des synergies, à une meilleure utilisation des ressources et à des résultats significatifs pour tous les intervenants.

Plusieurs stratégies et actions peuvent être développées pour renforcer les partenariats.

Tout d'abord il convient d'améliorer la communication entre les partenaires. Nous le pratiquons déjà à travers « Goutez » la publication de la Fédération, les séminaires et les journées à thème organisés plusieurs fois par an.

Dans toutes ces activités, nous mettons en commun les compétences tout en étant transparents à tous les niveaux.

En plus, il est évident qu'il devient urgent de fédérer et ainsi, de renforcer la coopération entre les intervenants afin non seulement d'optimiser les ressources et les moyens disponibles, mais aussi d'avoir plus de poids pour défendre les intérêts communs, négocier avec d'éventuels partenaires ainsi qu'influencer les politiques mises en place.

Initiatives visant à fédérer les intervenants

Parmi les initiatives visant à fédérer les intervenants, nous citons d'abord la création par le Gouvernement wallon, fin novembre 2018, de la Stratégie « Manger demain » qui a pour ambition de mobiliser les cantines et cuisines de collectivités, ainsi que tous les acteurs, afin d'augmenter le caractère durable des repas qui y sont proposés.

À cela, il faut ajouter d'autres acteurs regroupés en coopératives en filière de production débouchant sur des labels et des marques ainsi que des associations visant à promouvoir différents produits, dont ceux issus des circuits courts.

Collège wallon de l'Alimentation Durable

À la suite de la déclaration de la politique régionale 2019-2024 visant à développer un système alimentaire durable, le Collège wallon de l'alimentation durable, considéré comme la structure faîtière partenariale a été mis en place.

À la suite d'un appel à candidatures et une sélection des candidats, 40 membres ont été choisis. Des principes généraux ont été écrits dans un référentiel et, suite à son adoption, le gouvernement régional s'est doté, en novembre 2018, d'une stratégie intitulée « Manger Demain ».

Manger demain

Si Food Wallonia a pour objectif d'accélérer la transition vers un système alimentaire durable et comprend 19 actions, celles-ci se focalisent autour des six objectifs de la stratégie "Manger Demain" :

1. Garantir la disponibilité et l'accès de tous à une alimentation relevant d'un système alimentaire durable
2. Contribuer à la bonne santé et au bien-être des citoyens
3. Générer de la prospérité socio-économique
4. Préserver l'environnement
5. Offrir un niveau de connaissances et de compétences élevé en matière de système alimentaire durable
6. Mettre en œuvre des mécanismes de gouvernance responsables et efficaces



Green Deal Cantines Durables

Selon le SPW Développement durable, en 2019, la Wallonie a lancé le Green Deal Cantines Durables, rassemblant dans une dynamique collective des cantines, des cuisines centrales et sociétés de catering, des acteurs de l'approvisionnement et de la logistique, ainsi que des autorités politiques. En 2020, elle a mis en place un dispositif régional de labellisation : le label « Cantines durables ».

Dans ce cadre, ce sont en 2024 plus de 350 cantines qui sont engagées



vers des pratiques plus durables via un processus de labellisation et une relocalisation de leur approvisionnement ! Pour les accompagner dans cette transition, elles bénéficient d'un accompagnement gratuit par la cellule Manger Demain (formations, expertises, conseil marchés publics, ...) et peuvent faire appel à un « Coup de pouce Du local dans l'assiette », consistant en un soutien financier à la relocalisation de leur approvisionnement.

La gestion opérationnelle de ce dispositif de soutien à la transition de la restauration collective vers plus de durabilité a été confiée par la Wallonie à la cellule Manger Demain.

Coopératives et autres associations

Nous donnons ci-après des exemples de coopératives et d'associations qui mettent en valeur les produits de notre agriculture en fédérant les intervenants et leurs actions.

Ce faisant, ces structures bien identifiées peuvent être facilement contactées par les cuisines de collectivité afin d'introduire les productions animales et végétales concernées dans les appels d'offres.

Apligeer

Dans notre région, la coopérative Apligeer, fondée en 1999 collabore aujourd'hui avec 500 agriculteurs de Hesbaye et du Condroz. Ce groupement cultive environ 7.000 hectares de légumes dans ces régions et produit des pois, des pois mange-tout, des haricots, des épinards, des fèves des marais, des carottes, des choux de Bruxelles, des choux frisés, du cerfeuil, des pommes de terre ou encore des panais.



La coopérative développe des solutions qui tendent vers une production durable de légumes sans résidus et qui répondent aux exigences nutritionnelles les plus strictes, mais aussi aux attentes visuelles des consommateurs.

Coprobél

Coprobél est une coopérative wallonne d'éleveurs de volailles de qualité et bio, vendues en circuit court ainsi que pour les cuisines collectives sous une marque unique qui leur appartient : «Le Coq des Prés ».

Les reproducteurs, parents des poulets Coq des Prés sont élevés dans trois fermes situées en Région wallonne dans les provinces de Luxembourg et de Liège. Les œufs fécondés sont incubés au couvoir « Euf d'Or » localisé à Andenne où a lieu également l'éclosion des poussins d'un jour mis en place dans 15 fermes.

Le Coq des prés atteint 2,4 kg à 70 jours en respectant un cahier de charges strict s'inscrivant dans le contexte « Bio » au sens de la Région wallonne. L'aliment est fabriqué par la SCAR (Sociétés Coopératives Agricoles Réunies des régions herbagères), une autre coopérative d'agriculteurs basée dans le Pays de Herve et l'abattoir « Ardenne Volaille » à Bertrix prend en charge



l'abattage et la découpe des poulets.

Promogest



Le texte suivant a été écrit par à Ir Marc Vanbergen des Services Agricoles de la Province de Liège que nous remercions chaleureusement pour sa contribution.

En Province de Liège, CPL-Promogest ASBL (Centre Provincial Liégeois de Promotion en Agriculture) est une structure engagée dans la promotion des circuits courts et du commerce équitable à l'échelle locale. Elle œuvre pour la mise en relation des producteurs et des consommateurs, en facilitant l'intégration de produits locaux et durables dans divers canaux de distribution. Son action repose sur l'accompagnement des acteurs de l'alimentation, notamment en les aidant à structurer leur offre, à répondre aux exigences des marchés publics et à valoriser leurs produits. À travers des initiatives innovantes, CPL-Promogest favorise un modèle alimentaire plus juste, respectueux de l'environnement et économiquement viable pour les producteurs. CPL-Promogest est en quelque sorte un grossiste NON-spéculateur, l'association ne cherche pas à maximiser sa marge, mais uniquement à couvrir ses charges afin d'assurer la pérennité de ses actions et de ses services.

Dans le cadre de la restauration collective en Province de Liège, CPL-Promogest joue un rôle clé en facilitant l'intégration des produits locaux dans plus de 33 cuisines de collectivités, pour l'essentiel des écoles et des internats. Attentive aux besoins par les gestionnaires des cuisines, l'association identification de producteurs locaux répondant à leurs besoins, tout en garantissant le respect des cahiers des charges et des exigences sanitaires. Elle travaille également avec les agriculteurs et les éleveurs pour adapter leur production aux contraintes spécifiques de la restauration collective, notamment en matière de conditionnement, de régularité des approvisionnements et de valorisation des produits dans leur globalité.

Par l'intermédiaire de CPL-Promogest, les cuisines collectives peuvent accéder plus facilement à une large gamme de produits issus de l'agriculture locale, tout en optimisant la logistique et en réduisant les coûts de transport. L'ASBL met également en place, en collaboration avec les producteurs, des formations et des outils pédagogiques pour sensibiliser les cuisiniers aux cycles naturels de l'agriculture, à la valorisation intégrale des produits et à l'adaptation des menus en fonction de la saisonnalité et des disponibilités locales.

Filières de produits de qualité différenciée

La filière de qualité différenciée désigne un dispositif destiné à reconnaître et mettre en valeur des produits agricoles et alimentaires se démarquant par leur mode de production ou par une qualité supérieure à celle des produits standards. Elle repose sur des cahiers des charges précis, qui assurent le respect de critères spécifiques, tels que l'origine locale des matières premières, le respect du bien-être animal, la réduction de l'impact environnemental ou encore des avantages pour la santé humaine.

En Wallonie, le label « Qualité Plus » constitue le système régional de



qualité différenciée. Il certifie des produits conformes à des exigences rigoureuses, vérifiées par un organisme certificateur indépendant. Pour obtenir ce label, les produits doivent respecter des principes fondamentaux, tels que la gestion familiale des exploitations agricoles, une répartition équitable des marges entre les acteurs, ainsi qu'un équilibre entre les pratiques agricoles et les attentes de la société.

Les produits relevant de la qualité différenciée englobent notamment ceux issus de l'agriculture biologique, les appellations d'origine protégée (AOP), les indications géographiques protégées (IGP), ainsi que d'autres labels propres à certaines filières, comme « La Bleue des Prés » dans le secteur bovin et le « Porc fermier » ou le « Porc Plein Air » dans le secteur porcin.



Conclusions

Après avoir décrit les besoins des cuisines de collectivité, nous avons évoqué les capacités de production dans le secteur des productions végétales et des productions animales. Dans les deux cas, notre région permet de satisfaire une partie de la demande, mais des difficultés sont apparues devant les besoins spécifiques de la restauration de collectivité.

Il convient de renforcer les partenariats entre les intervenants et dans ce contexte, la Fédération des cuisines collectives Wallonie Bruxelles mène différentes actions d'abord à travers cette publication, mais également lors de séminaires organisés plusieurs fois par an. Par ailleurs, nous avons donné, de manière non exhaustive, des exemples d'initiatives visant à fédérer les intervenants.

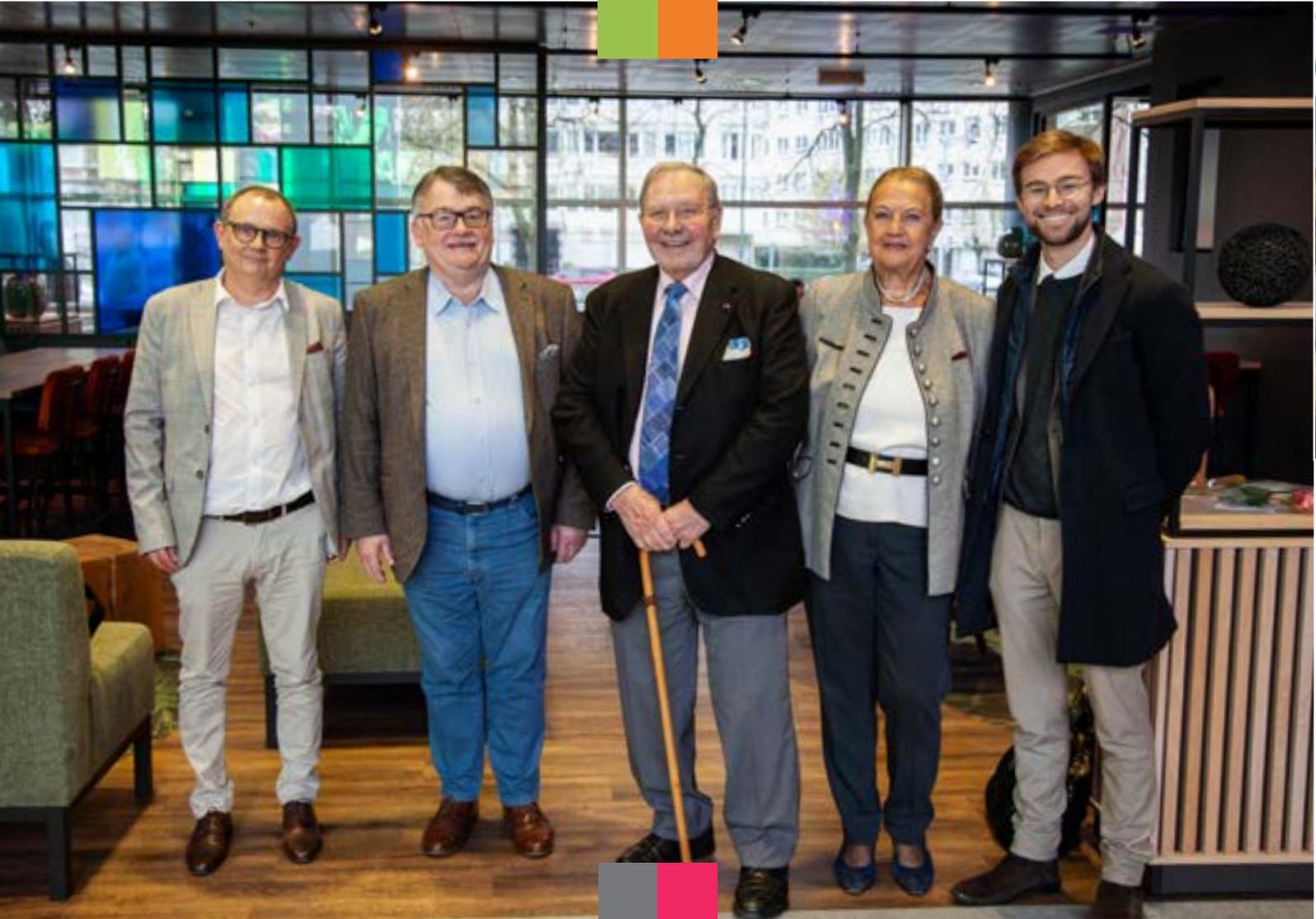


Prof. Pascal Leroy, Université de Liège



SÉMINAIRE D'HIVER AU BLUEPOINT BRUXELLES

12-11-24







SYSCO



VOLYS



MOWI



UNOX



WINTERHALTER

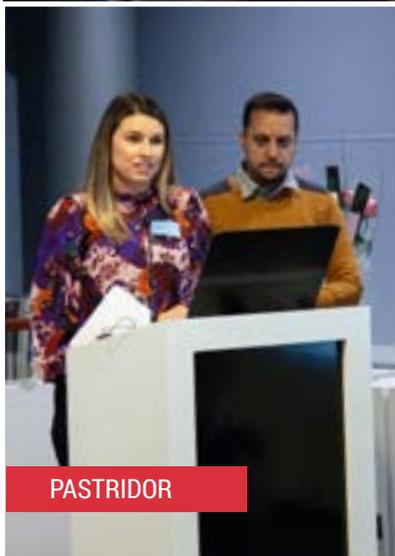


GROUP BEL



BIO WALLONIE





PASTRIDOR

REALCO

FIDAFRUIT

HYGI PANEL



FÉDÉRATION FCCWB







A close-up photograph of a dish featuring fried insects, likely crickets or grasshoppers, which are golden-brown and appear to be coated in a sauce. The insects are mixed with small, bright green garnishes, possibly chopped scallions or herbs. The background is blurred, focusing attention on the texture and details of the insects.

DES INSECTES DANS NOS ASSIETTES :
SITUATION ACTUELLE EN LIEN
AVEC LA RÉGLEMENTATION EUROPÉENNE



Depuis quelques années, les insectes comestibles ont intégré le paysage agroalimentaire européen. Leurs qualités nutritionnelles, leur faible impact environnemental et leur capacité à s'insérer dans les modèles d'économie circulaire en font des candidats sérieux pour relever les défis alimentaires. Parmi eux, le ver de farine (*Tenebrio molitor* L. 1758), a été l'un des premiers à franchir les étapes réglementaires nécessaires à une utilisation en alimentation humaine. Plus précisément, le cycle de vie de cet insecte est composé de 4 stades et ce sont les larves qui, au terme de leur développement, sont mises sur le marché (Figure 1).

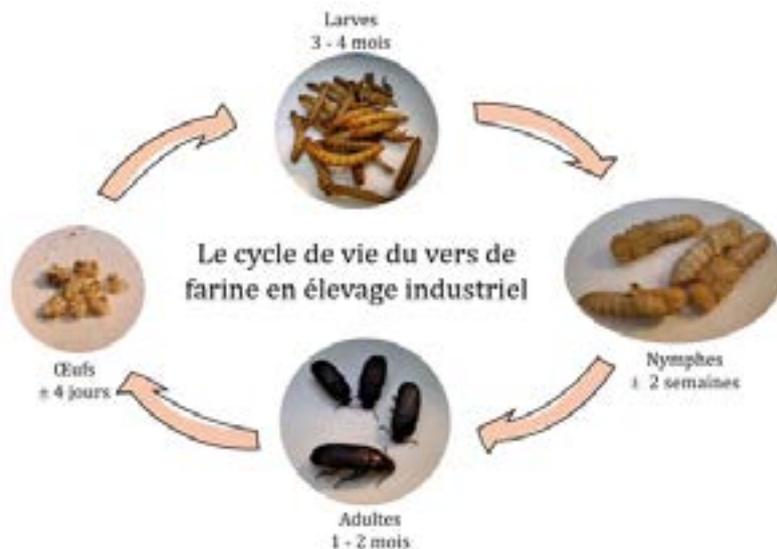


Figure 1 : illustration du cycle de développement du ver de farine *Tenebrio molitor*

Mais que permet concrètement la réglementation européenne aujourd'hui ? Quelles sont les limites, les conditions et les pistes de valorisation actuelles pour les insectes comestibles ? Et surtout, comment intégrer ces nouveaux ingrédients dans des pratiques culinaires et alimentaires socialement acceptées ? Cet article propose un point de vue sur la situation européenne, à travers l'exemple du ver de farine, en s'appuyant sur les récentes données scientifiques et réglementaires disponibles.

Une production en expansion

L'élevage d'insectes – parfois appelé entomoculture – s'est développé rapidement en Europe ces dix dernières années. De petites unités artisanales aux fermes verticales à grande échelle, les modèles de production se diversifient, soutenus par une recherche appliquée active. En 2023, le marché européen des insectes comestibles était estimé à environ 150 millions d'euros, avec une progression annuelle de l'ordre de 25 à 30 % selon le cabinet Meticulous Research. D'ici 2030, il pourrait atteindre près d'un milliard d'euros, porté par l'essor des besoins en nutrition spécialisée et par la recherche de solutions durables en alimentation animale et humaine. La France, les Pays-Bas ou encore la Finlande comptent aujourd'hui parmi les pays les plus avancés, avec des unités de production capables de générer plusieurs milliers de tonnes par an d'insectes comestibles.

Cette expansion s'est accompagnée d'une structuration réglementaire. Depuis l'entrée en vigueur du règlement (UE) 2015/2283 sur les "nouveaux aliments", plusieurs espèces d'insectes, dont *Tenebrio molitor*, *Acheta domesticus* (L. 1758) (le grillon domestique) ou encore *Locusta migratoria* (L. 1758) (le criquet migrateur), ont été autorisées à la consommation humaine sous différentes formes (séchées, sous forme de pâte ou de poudre). Ces autorisations sont conditionnées à une évaluation rigoureuse par l'autorité européenne de sécurité des aliments (EFSA), portant notamment sur les risques allergènes, microbiologiques et la traçabilité des substrats utilisés. Le ver de farine bénéficie de plusieurs avis favorables de l'EFSA, permettant son incorporation dans des denrées alimentaires variées : barres protéinées, pâtes, biscuits ou encore pains enrichis. La production reste cependant soumise à une réglementation stricte : seuls les substrats de catégorie 3 (déchets végétaux propres à la consommation) peuvent être utilisés pour l'élevage d'insectes, excluant de fait les restes de cuisine ou les biodéchets non triés. Depuis février 2025, une poudre de larves entières de *Tenebrio molitor* traitée aux UV est officiellement autorisée dans l'Union européenne pour l'alimentation humaine. Cette décision élargit les possibilités d'incorporation de cette protéine alternative dans divers produits tels que compotes, fromages ou divers snacks.

Une valorisation encore en construction

Les potentialités de valorisation des insectes ne se limitent pas à l'alimentation humaine directe. Les farines

d'insectes, notamment issues de *T. molitor*, présentent des propriétés nutritionnelles et techno-fonctionnelles intéressantes : profil protéique complet, teneur élevée en micronutriments (fer, zinc, vitamine B12) et capacité à améliorer la texture de produits boulangers ou de pâtes alimentaires.

Plusieurs études récentes ont montré que l'ajout de 10 % de farine de *T. molitor* dans une pâte à pain permettait d'augmenter la teneur en protéines de plus de 50 %, tout en réduisant l'indice glycémique du produit final. D'autres travaux soulignent une meilleure biodisponibilité des minéraux et une capacité antioxydante accrue, notamment dans les produits fermentés.

Au-delà des qualités intrinsèques, ces résultats ouvrent des perspectives pour des formulations alimentaires ciblées : nutrition sportive, alimentation fonctionnelle ou enrichissement des régimes végétariens. Néanmoins, le coût encore élevé des ingrédients issus de l'entomoculture et l'acceptabilité encore limitée du grand public restent des freins à leur diffusion à large échelle. Dans ce contexte, l'exemple de l'entreprise française *Ynsect* illustre bien ces défis. Malgré un positionnement pionnier sur le marché européen des protéines d'insectes, la société traverse une période critique, ayant été placée en redressement judiciaire en mars 2025 après avoir levé plus de 600 millions d'euros depuis sa création. Des coûts d'exploitation élevés, une industrialisation ralentie et une recherche de rentabilité toujours hors d'atteinte ont fragilisé son modèle. Un soutien d'urgence de 10 millions d'euros a été accordé en avril pour tenter de sauver l'activité. Ce cas met en lumière les défis structurels du secteur : entre promesses technologiques, réalités économiques et incertitude sur les débouchés.

Acceptabilité sociale et perception des consommateurs

Malgré leurs qualités, les produits à base d'insectes peinent encore à convaincre une majorité de consommateurs européens. Les résistances sont principalement d'ordre culturel, sensoriel et psychologique. La présence visible de l'insecte dans l'aliment (corps entier, ailes, pattes) constitue un frein majeur, en particulier dans les pays où l'entomophagie n'est pas une pratique traditionnelle. Selon une enquête Eurobaromètre menée en 2023, seul un quart des Européens se déclarent prêts à consommer des insectes, bien que ce taux atteigne 45 % chez les 18-34 ans, surtout si l'insecte est réduit en poudre, dans des produits transformés. Des études montrent que l'intégration d'une faible proportion de farine d'insectes dans des aliments familiers (pain, pâte, biscuit) suscite moins de rejet. La perception positive augmente lorsque les bénéfices nutritionnels, environnementaux ou fonctionnels sont clairement identifiés et valorisés dans la présentation du produit. Logiquement, le développement de produits alimentaires à base de *T. molitor* s'inscrit dans une dynamique de diversification des sources protéiques. Plusieurs segments de marché sont déjà ciblés :

- les barres protéinées et produits pour la nutrition sportive ;

- les produits céréaliers enrichis (pain, crackers, biscuits) ;
- les substituts partiels de viande (burgers, sauces).

Des initiatives de sensibilisation, couplées à des expériences de dégustation guidées, permettent également d'atténuer les freins psychologiques. Le rôle de l'éducation, de l'étiquetage transparent et d'une communication adaptée est donc central pour accompagner cette transition alimentaire.

Encadré réglementaire

Depuis le règlement (UE) 2015/2283, plusieurs espèces d'insectes ont été autorisées dans l'Union européenne après évaluation favorable de l'EFSA. Ces espèces et leurs formes commerciales autorisées sont synthétisées (Tableau 1).

	Forme entière				Forme dégraissée
	Congelée	Séchée	Poudre	Pâte	Poudre
<i>Tenebrio molitor</i>	✓	✓	✓	✓	✓
<i>Acheta domesticus</i>	✓	✓	✓	✗	✗
<i>Locusta migratoria</i>	✓	✓	✓	✗	✗
<i>Alphitobius diaperinus</i>	✓	✓	✓	✓	✗

Tableau 1 : synthèse de la diversité de formes disponibles des insectes comestibles en Europe

Ces produits doivent répondre à des conditions strictes concernant leur mode de production, les substrats utilisés (catégorie 3 uniquement), les risques allergènes (notamment pour les personnes allergiques aux crustacés et acariens), et l'étiquetage. La commercialisation reste limitée à des entreprises disposant d'une autorisation spécifique, après dossier validé par la Commission européenne.

Conclusions

Les insectes comestibles ne constituent plus désormais une curiosité, mais une option crédible dans le paysage agroalimentaire européen. Le ver de farine, en particulier, incarne ce basculement entre innovation technologique, exigence réglementaire et perspectives de durabilité. Néanmoins, pour que ces nouveaux ingrédients intègrent pleinement notre alimentation, il faudra encore renforcer la transparence, consolider les filières de production, et poursuivre l'effort de sensibilisation auprès du grand public.

Auteurs:

Rudy Medigo Caparros, Joachim Carpentier, Frédéric Francis

Université de Liège, Gembloux Agro-Bio-Tech, Entomologie fonctionnelle et évolutive

Prof. Frédéric Francis, Gembloux Agro-Bio Tech - Université de Liège

La solution 'pro'
pour votre
marketing
direct

myriad
print & mail solutions

✓ Mailing
**Publipostage
& Mise Sous pli**

✓ Pré-press
**Conception
& Graphisme**

✓ Print
**Impression
Digitale & Offset**

✓ PLV
**Imprimés Publicitaires
tous supports**



www.myriad.be
info@myriad.be
04.336.86.81

Rue de l'Informatique, 20
4460 Grâce-Hollogne

Scanne-moi



ENEZ NOUS VISITER

MECO PRÉSENT DANS LES SALONS D'HORECA

Meco est présent à divers salons de l'horeca en Belgique et à l'étranger. Au cours de ces salons, nous avons le plaisir de présenter nos délicieux produits à tout le monde.

À chaque salon, nous composons un délicieux menu de viandes, poissons, charcuteries et autres produits que chacun peut déguster.

D'ailleurs, nous avons fait construire un tout nouveau stand pour Horecatel. Cela nous permet d'offrir à nos clients une expérience très agréable dans un cadre magnifique.

Vous souhaitez découvrir notre délicieuse gamme de produits ? N'hésitez pas à nous rendre visite à un de ces salons !

HORECATEL - MARCHE-EN-FAMENNE



HORECA EXPO - GAND



SIRHA - LYON



LOCADIS

NOUVELLE LIGNE DE PRODUITS CHEZ MECO

LOCADIS

AUTHENTIQUE. LOCAL. DÉLICIEUX.

Au cœur de la Wallonie, une riche tradition culinaire vit, enracinée dans le savoir-faire et la passion.

Locadis, la nouvelle gamme de Meco, rassemble le meilleur de cette région : des produits authentiques et artisanaux fabriqués avec soin et dévouement par des producteurs locaux.

Qu'il s'agisse du goût plein de caractère d'une douce Fleur de Fagne, de la douceur raffinée du sirop artisanal ou d'arômes riches de grains de café fraîchement torréfiés – chaque produit de ce catalogue raconte une histoire. Une histoire de tradition, de terroir et d'amour pour la qualité.

Avec Locadis, Meco opte pour des produits savoureux et honnêtes, faits chez nous. Parce qu'un véritable plaisir commence par l'authenticité.

Goûtez la Wallonie. Découvrez Locadis avec Meco Group.



Financé par
l'Union européenne





BONNE NOUVELLE

MECO CHARLEROI EST OPÉRATIONNEL

NOUVEAU CENTRE DE DISTRIBUTION DURABLE

Nous sommes très heureux et fiers d'annoncer que notre nouveau centre de distribution à Charleroi est complètement opérationnel depuis décembre 2024. Ce faisant, Meco franchit une nouvelle étape et renforce sa position en Wallonie.

Ce nouveau bâtiment, situé sur le zoning "Airport 1", servira principalement de plateforme de transport, comme précédemment, avec l'ajout d'une extension pour un stockage accru, comprenant à la fois un entreposage réfrigéré classique et un nouveau stockage frigorifique.



Pour optimiser nos processus de livraison et les rendre plus respectueux de l'environnement, nous utilisons actuellement un camion de navette qui se rend quotidiennement à Charleroi. Ce camion **consolide** toutes les livraisons pour le sud du pays sur notre plateforme de cross-docking.

Alimenté à 80% par l'énergie solaire

Pour optimiser nos processus de livraison et les rendre plus notre bâtiment est conçu avec une forte orientation vers la **durabilité** autonome, mettant en avant le rôle central de l'**énergie solaire**. Grâce à l'installation de panneaux photovoltaïques couvrant jusqu'à **80%** de nos besoins énergétiques, nous franchissons une étape cruciale vers l'autosuffisance énergétique.



En complément de l'énergie solaire, nous mettons en place d'autres mesures durables pour réduire notre impact sur l'environnement. Nous utilisons des **éclairages LED** économes en énergie, **recyclons la chaleur** des installations frigorifiques pour chauffer l'eau et appliquons une **isolation** de haute qualité dans nos chambres froides. Grâce à cette combinaison de mesures, nous visons à réduire non seulement notre empreinte écologique, mais également à maximiser notre efficacité opérationnelle.



MECO GROUP WALLONIE

RUE DEVENISE 15 - 6040 CHARLEROI

TEL : 059 70 91 95 - MAIL : ORDERS@MECONV.BE



2500M²

SUPERFICIE DE BÂTIMENT
DU SITE DE L'ENTREPRISE



80%
ENERGIE SOLAIRE



7000M²

SURFACE TERRESTRE



COMMANDER EN LIGNE CHEZ MECO N'A JAMAIS ÉTÉ AUSSI FACILE



Tous vos documents à un seul endroit

Consulter les fiches techniques, factures et bons de livraison n'a jamais été aussi simple.



Gagnez du temps et des efforts

Répétez vos commandes en quelques clics grâce à notre système pratique de listes de commande.



±6000 articles accessibles 24h/7j

Consultez et commandez où et quand vous voulez – depuis votre stock, cuisine ou bureau, 24h/24 et 7j/7.

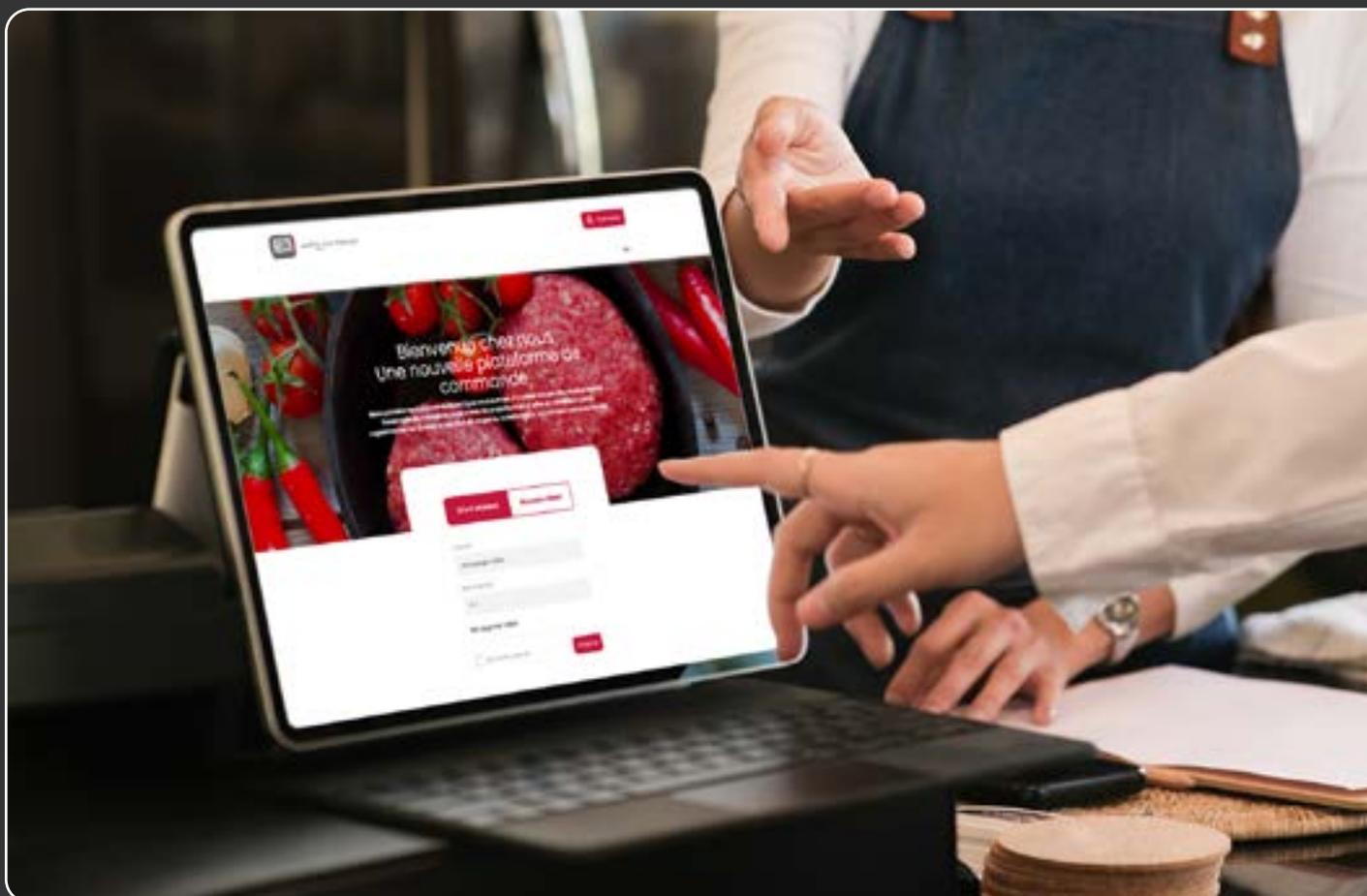


INSCRIVEZ-VOUS AUJOURD'HUI

>> SHOP.MECONV.BE

FACILE EST EFFICACE

LE PORTAIL DE CLIENT MECO



SAVIEZ-VOUS QUE MECO DISPOSE DE SON PROPRE PORTAIL CLIENT ?

Il ne s'agit pas d'une 'boutique en ligne' classique, mais d'un portail où, comme client, vous pouvez faire plus que commander.

Grâce à nos **listes de commande** intelligentes et **personnalisées** que vous pouvez établir vous-même, vous pouvez passer une nouvelle commande **en quelques clics de souris**. Vous pouvez également consulter toutes sortes de documents comme vos **factures** et vos **bons de livraison**, ainsi que toutes les **fiches techniques** de nos produits. Pratique, n'est-ce pas ?

Avec ce portail, Mecolab vise un service à la clientèle **encore meilleur** et une livraison plus rapide.

Vous souhaitez explorer le portail, mais vous ne savez pas par où commencer ? N'hésitez pas à nous contacter et nous nous ferons un plaisir de prendre **rendez-vous avec l'un de nos représentants** qui se fera un plaisir de vous faire une **démonstration** en direct.

VERRE D'AMITIÉ

03-12-2024















POLLUTION DE L'AIR : ÉCLAIRAGE ARTIFICIEL EXTÉRIEUR NOCTURNE : IMPACTS SUR LA SANTÉ

ELLY DEN HOND, IRA WOLTERS, ILONA GABARET, ANNELIES DE DECKER,
PROVINCIAAL INSTITUUT VOOR HYGIËNE, DIENST MILIEU-GEZONDHEID

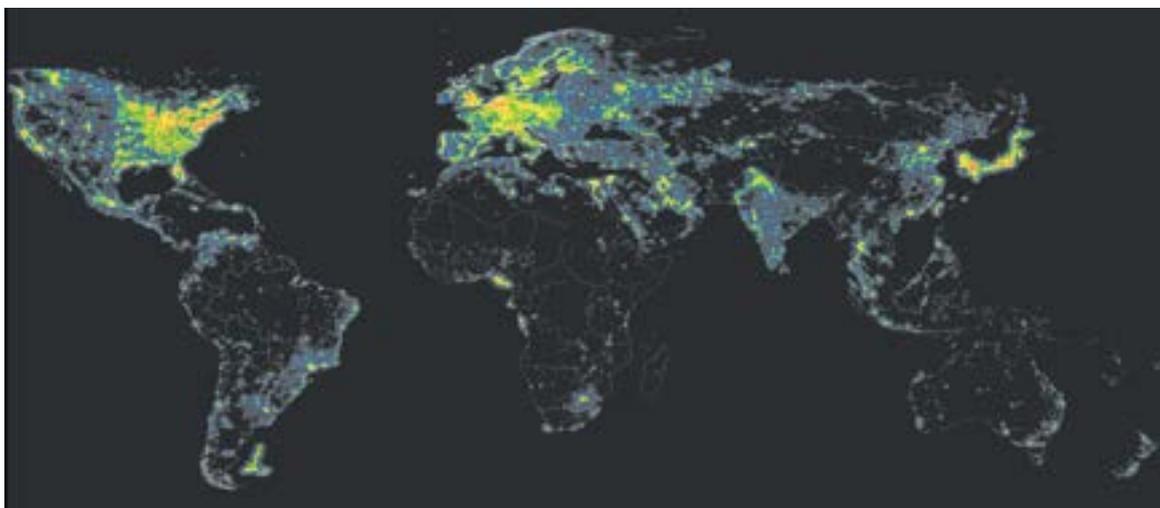
Introduction

En Flandre, l'éclairage nocturne est quasi omniprésent, tant dans les villes que dans les zones rurales. L'éclairage extérieur nocturne (EEN) est installé pour améliorer la sécurité, tant sur le plan de la circulation que de la lutte contre la criminalité (Struyf et al., 2019). Il est également utilisé dans l'agriculture pour accroître l'efficacité (par exemple, l'éclairage dans les serres) ainsi que dans le secteur de l'horeca et du commerce pour soutenir la publicité.

La Belgique, en particulier la Flandre, se distingue fortement sur les cartes représentant l'éclairage (figure ci-dessous). Les habitants de 51 % du territoire belge ne peuvent pas voir la Voie lactée. Ainsi, la Belgique partage avec le Koweït la sixième place des régions où la pollution lumineuse est la plus présente, après Singapour, San Marin, Malte, la Cisjordanie et le Qatar. La carte n'inclut pas encore la part de

l'éclairage LED. En Flandre, les LED ont fait leur entrée dans l'éclairage public en 2015. À partir de 2017, leur utilisation s'est accélérée car ils sont devenus la norme pour l'installation de nouveaux luminaires. Cette évolution entraîne un passage de la lumière jaune à une lumière dans la partie bleue du spectre (De Miguel et al., 2022).

Une récente étude systématique de la littérature menée par l'Institut flamand pour la recherche sur la nature et les forêts (INBO) (Dekeukeleire et al., 2023) montre que la pollution de l'obscurité naturelle par la lumière artificielle a des impacts négatifs importants et insoupçonnés sur la santé des animaux et des plantes. L'objectif de la présente analyse documentaire est d'examiner de manière structurée la relation entre l'éclairage extérieur nocturne et la santé physique ou mentale. Les bases de données scientifiques ont fait l'objet d'une recherche systématique et les résultats sont compilés en fonction de leurs effets sur la santé. Ces connaissances peuvent servir de base à des conseils politiques fondés sur des données probantes.



Carte du monde présentant la luminosité artificielle du ciel.
Source : Falchi et al. (2016)



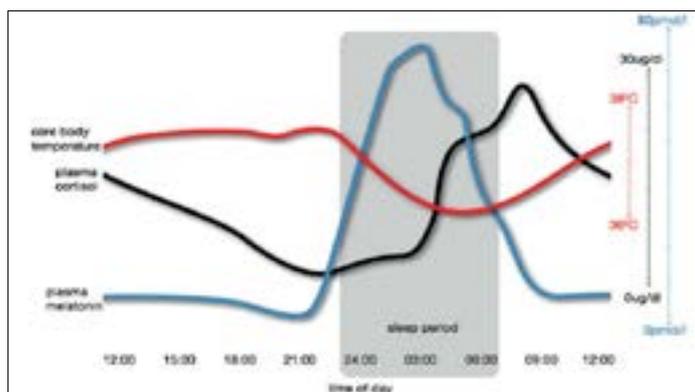
durée et la qualité du sommeil. Même les yeux fermés, la présence de lumière dans l'environnement réduirait les niveaux de mélatonine et rendrait le sommeil plus superficiel.

Des études de grande ampleur mesurent l'éclairage extérieur nocturne autour du domicile par imagerie satellitaire. On constate que les personnes vivant dans des régions où l'ÉEN est plus important sont plus susceptibles de faire état de perturbations du sommeil, qui se traduisent notamment par une consommation de doses quotidiennes plus élevées de somnifères (Min et Min (2018a)), une durée de sommeil plus courte (Patel, 2019 ; Xiao et al., 2020), un rythme de sommeil retardé, des difficultés à s'endormir, à rester endormi ou une insatisfaction à l'égard de la qualité ou de la quantité du sommeil en général (Koo et al., 2016) et des déficiences diurnes dues à une mauvaise qualité du sommeil nocturne ou à d'autres perturbations du sommeil (Ohayon et Milesi, 2016). La multiplicité des données provenant des différentes études et le fait que les études expérimentales confirment le mécanisme par le biais de la perturbation de la mélatonine plasmatique prouvent l'existence d'un lien de cause à effet entre l'ÉEN et les troubles du sommeil.

Cancer du sein et autres formes de cancer

Deux équipes de recherche ont résumé toutes les études scientifiques fiables sur le cancer du sein (Lai et al., 2021 ; Wu et al., 2021) et ont conclu que la relation entre l'ÉEN dans l'environnement domestique et le risque de cancer du sein est modérément étayée. Le groupe de femmes vivant dans les régions où l'ÉEN est le plus élevé est 11 à 12 % plus susceptible d'être atteint d'un cancer du sein que celui où il est le plus faible. Cette relation est plus marquée chez les femmes ménopausées et dans le cas de tumeurs mammaires à récepteurs d'oestrogènes positifs.

L'effet s'explique par la perturbation du rythme jour-nuit de la mélatonine : comme celle-ci possède des propriétés qui inhibent le déve-



Rythme normal jour-nuit de la mélatonine plasmatique (ligne bleue), du cortisol plasmatique (ligne noire) et de la température corporelle (ligne rouge). Source : Hickie et al. (2013)

Résultats

Rythme circadien et sommeil

Le mécanisme clé de l'influence de l'éclairage nocturne sur la santé est l'hormone mélatonine (Täkhämö et al., 2019). Selon le rythme normal jour-nuit de la mélatonine, la quantité de cette hormone devrait augmenter le soir, nous indiquant qu'il est temps d'aller dormir. La concentration atteint un pic pendant

la nuit (figure ci-dessus) et favorise une bonne nuit de sommeil ainsi que de nombreux processus de récupération dans l'organisme.

Des études expérimentales menées dans des conditions soigneusement contrôlées montrent que l'exposition à la lumière le soir et la nuit peut entraîner une réduction significative des niveaux de mélatonine ou retarder l'augmentation de sa production le soir. Ici, l'effet de la lumière bleue, généralement plus présente dans les éclairages LED, prédomine sur celui de la lumière jaune ou rouge. Même de faibles niveaux de lumière bleue inhibent la mélatonine, ce qui peut avoir des effets néfastes sur les processus de récupération, mais aussi sur la

loppement du cancer, l'inhibition des niveaux de cette substance augmente le risque de cancer du sein. Une diminution de la mélatonine est également associée à des niveaux d'oestrogènes plus élevés, ce qui constitue un facteur de risque important pour le cancer du sein.

Sur la base d'un nombre limité d'études établissant un lien entre l'EEN et d'autres types de cancer, tels que le lymphome non hodgkinien, le cancer de la prostate et le cancer du côlon, on peut conclure que la lumière du spectre bleu en particulier est nocive ; des recherches supplémentaires sont cependant nécessaires pour le confirmer. L'Agence internationale de recherche sur le cancer signale que le travail de nuit, qui entraîne une perturbation des rythmes circadiens, implique un risque de cancer de la prostate et du côlon (Ward et al., 2019).

Surcharge pondérale (surpoids) et obésité

Sur la base d'une analyse systématique, les chercheurs (Lai et al. (2020)) concluent qu'il existe des preuves modérées que l'éclairage nocturne (extérieur et intérieur) est associé à un risque plus élevé de surpoids et d'obésité. Ils font état d'un risque accru de surpoids de 17 % dans la catégorie la plus élevée d'EEN par rapport à la catégorie la plus basse. La perturbation des rythmes circadiens, qui est associée à une altération du métabolisme entraînant une perturbation de la glycémie et une prévalence accrue du syndrome métabolique et de l'obésité, est mentionnée comme un mécanisme possible (Nelson & Chbeir, 2018). En outre, l'exposition nocturne à la lumière peut entraîner des fringales et des grignotages nocturnes qui déséquilibrent l'apport et la consommation d'énergie (Zhang et al., 2020). Le syndrome métabolique et l'obésité sont des facteurs de risque majeurs pour les maladies cardiovasculaires.

Santé mentale

Trois études de grande ampleur font état d'un lien entre l'EEN et la santé mentale. Un risque accru de symptômes dépressifs est rapporté dans une étude portant sur 10 482 adultes néerlandais âgés de 18 à 65 ans (Helbich et al., 2020), de comportements suicidaires chez plus de 250 000 adultes sud-coréens âgés de 20 à 59 ans (Min et Min, 2018 b) et de stress autodéclaré chez 2290 adolescents âgés de 15 à 16 ans de Californie (Franklin et al., 2020). Les relations ne semblent pas linéaires : à partir d'un certain niveau d'EEN, l'association avec la santé mentale augmente moins (Franklin et al., 2020 ; Helbich et al., 2020). Par ailleurs, Franklin et al. (2020) rapportent que la relation constatée était plus forte chez les jeunes issus de familles à faible revenu. Ce phénomène peut notamment s'expliquer par une perturbation du rythme circadien susceptible d'entraîner des modifications des processus cérébraux impliqués dans les émotions et l'humeur (Min & Min, 2018 b).

Discussion

La littérature fournit des preuves solides d'un lien de cause à effet entre l'exposition à l'éclairage le soir et la nuit et les troubles du sommeil, par le biais de modifications du rythme jour-nuit de la mélatonine plasmatique. Ces effets sont plus marqués avec la lumière du spectre bleu. Les preuves concernant d'autres effets sur la santé sont moins concluantes : des études font état d'une incidence plus élevée de cancer du sein, de surcharge pondérale et d'obésité, de stress, de symptômes dépressifs et de comportements suicidaires dans les régions fortement exposées à l'EEN par rapport à celles qui le sont peu.

Dans la plupart des études de population, l'EEN est mesuré à l'aide d'images satellitaires et calculé pour la zone autour du lieu de résidence. Ce calcul comporte une marge d'erreur. En outre, la quantité d'EEN autour

du domicile n'équivaut pas nécessairement à l'exposition réelle. En effet, il est possible soit de se protéger de l'EEN en utilisant des rideaux et des stores, soit d'être exposé à l'éclairage intérieur ou à celui d'écrans. Les relations entre l'EEN et les effets sur la santé peuvent également être faussés par d'autres paramètres qui interviennent simultanément avec l'EEN, tels que le taux d'urbanisation, la pollution de l'air, la présence ou l'absence de ver10 dure, la chaleur, etc. La mesure dans laquelle ces facteurs perturbateurs sont corrigés dans les différentes études varie et contribue à établir la valeur probante de chaque étude.

Dans certaines études, portant notamment sur les troubles du sommeil (Xiao et al., 2020) et le stress des jeunes (Franklin et al. (2020)), les liens entre l'EEN et les effets sur la santé semblent se renforcer lorsque les niveaux de pauvreté augmentent. Parmi les hypothèses possibles, on peut citer au-delà de l'EEN le manque de ressources financières pour fournir des solutions d'occultation dans la chambre à coucher, un style de vie différent, un rythme de vie différent ou des éléments liés à la densité de population des zones urbaines. Si l'explication réside dans l'absence de solutions d'occultation, ce résultat renforce l'hypothèse selon laquelle l'EEN est l'une des causes des troubles du sommeil et du stress.

La Flandre est la championne de la pollution lumineuse, et celle-ci ne peut être jugulée que par une coopération entre plusieurs acteurs. L'idéal serait de sensibiliser les pouvoirs publics locaux et les gestionnaires de l'éclairage public à l'idée de n'éclairer que là et au moment où c'est nécessaire. À défaut, des solutions alternatives peuvent être envisagées, telles que la réduction de l'intensité lumineuse au niveau le plus faible possible ou la mise en place d'un éclairage intelligent équipé de capteurs. En outre, avec l'éclairage LED, il est important de changer la couleur de la lumière, en émettant le moins possible dans le spectre bleu. En adaptant les luminaires, il est possible d'empêcher la lumière de pénétrer par les fenêtres des habitations (chambres à coucher). À défaut, il est nécessaire de sensibiliser les citoyens à l'utilisation de solutions d'occultation la nuit et pendant le sommeil. De cette manière, tous les acteurs peuvent travailler ensemble à la reconquête de l'obscurité en Flandre, pour permettre à notre corps de se reposer et de récupérer, et prévenir ainsi les problèmes de santé.

Remerciements

Cette analyse documentaire a été commandée par les cinq provinces flamandes et le Centre de connaissances interprovincial flamand (IPKC). L'étude a été suivie par un groupe d'orientation composé de représentants des provinces d'Anvers, de Flandre occidentale, de Flandre orientale, du Brabant flamand et du Limbourg, de l'Instituut voor Natuur en Bosonderzoek (INBO), de Fluvius, de l'Agentschap voor Wegen en Verkeer (AWV), de l'Agentschap voor Natuur en Bos (ANB), du Departement Omgeving, du Regionaal Landschap Schelde-Durme (RLSD), du Regionaal Landschap Houtland & Polders, Leve(n) De Nacht vzw (association de lutte contre les nuisances lumineuses).

Nous remercions Ben Haeverans (IPKC), Vicky Desart (IPKC) et Daan Dekeuleire (INBO) pour leurs conseils et leur soutien. Le texte intégral de l'analyse documentaire peut être consulté sur le site web du PIH (www.provincieantwerpen.be/aanbod/dlm/pih/onderzoek/milieu-gezondheid/milieu-gezondheid/nachtelijke-buitenverlichting.html)



BLEUE DES PRÉS



La Bleue des Prés est une vache de race Blanc-Bleu Belge âgée de 30 à 88 mois, issue principalement d'exploitation à caractère familial, de naisseurs-engraisseurs wallons. Les producteurs s'engagent à assurer à l'animal un minimum de 2 saisons de pâturage et une alimentation sans OGM.

La ration des vaches est enrichie en minéraux et en graine de lin, ce qui donne une viande plus rouge, légèrement persillée et plus riche en oméga 3. L'engraissement se fait pendant une période de minimum 75 jours. Une attention particulière est accordée au bien-être animal. La Bleue des Prés Label Qualité Plus est une démarche équitable et durable qui assure un revenu au producteur supérieur au prix du marché. Les carcasses sont sélectionnées soigneusement sur base de leur conformation et de la qualité de la viande.

Une traçabilité totale de la fourche à la fourchette est garantie. Le Label Qualité Plus, dont jouit la Bleue des Prés, est une reconnaissance régionale pour un produit primé comme étant de qualité différenciée. La Région s'engage à la fois dans le contrôle et la certification de cette qualité supérieure.

La Bleue des Prés est la première viande bovine officiellement reconnue en Qualité Plus par la Région Wallonne. Avec la Bleue des Prés vous avez l'assurance d'une viande goûteuse et savoureuse, bien de chez nous, qui ravira les consommateurs les plus exigeants et qui met en valeur tous les atouts de notre terroir.



LIVRAISON À DOMICILE

Auprès de la clientèle des repas à domicile de nos villes et communes.

Quelques conseils auprès du personnel de laverie des cuisines du personnel "service des repas à domicile"

- Avoir une tenue vestimentaire adaptée n'étant pas : vos habits privés ...
- La majorité de votre clientèle est isolée, fragile, âgée. Avoir en votre possession du produit désinfectant délivré par votre employeur
- Laver préalablement au départ de votre distribution : vos mains ! Pas de bijoux, pas de vernis à ongles (bague de mariage toléré...) Pas de gants jetables, cause qu'ils vont rapidement se salir.
- De posséder un masque (fourni par votre établissement). Le principal est de porter un masque afin de protéger deux personnes : votre client et vous-même !
- De désinfecter avec de l'eau tiède + le produit chloré adéquat ... l'intérieur de votre véhicule. Si vous êtes en liaison chaude ou en liaison froide, nous vous conseillons de ne pas reprendre les vaisselles sales. Effectuer un second passage pour reprendre les vaisselles sales ... même lavées. Dans tous les cas, elles devront impérativement subir un second lavage en laverie de la cuisine désignée pour la production des repas.
- Les bacs de transport doivent être lavés chaque jour. Eviter la frigolite... voire la condamner (très difficilement lavables) !

Pour tout lave-vaisselle, il serait intéressant de prolonger le temps de lavage afin de détruire les éventuels virus. Dans un lave-vaisselle, trois produits sont indispensables :

1. Produit de lavage
 2. Product chloré
 3. Produit de rinçage
- > ou conjugués

Attention : Pour ces produits, il ne peut pas y avoir rupture de stock. Un contrôle journalier est important. S'il y a rupture de stock d'un des 3 produits, nécessité absolue d'utiliser de la vaisselle à usage unique (avoir un stock suffisant).

Si la vitesse du lave-vaisselle ou du capot ne peut être diminuée, nous vous conseillons de relaver une seconde fois l'entièreté des vaisselles.

Les températures de lavage doivent être au minimum de 60°C.

Les températures de séchage doivent être au minimum de 85°C.

Dans chaque camionnette prévue pour la distribution des repas, apposer à l'intérieur de chacune d'elles une affichette datée indiquant :

- la fréquence des nettoyages et le produit utilisé. Cette affichette, doit être complétée chaque jour par le (la) chauffeur(chauffeuse) avec le nom de l'intéressé(e).

Félicitations pour votre travail, votre engagement... pour vos clients et vous-même !



Gérard Filot
0475 41 68 68



Un nouveau guide pour aider les cantines à s'approvisionner en produits locaux

Vous souhaitez vous approvisionner plus durablement en denrées alimentaires mais vous avez l'impression que les règles en matière de marchés publics vous en empêchent ? La Cellule Manger Demain publie une nouvelle édition de son « Guide pour un marché public d'alimentation durable ».

De nombreuses cantines sont soumises à la législation sur les marchés publics. La Cellule Manger Demain, qui promeut l'alimentation durable en Wallonie, a développé un outil permettant aux cantines de faciliter l'accès de leur marché public aux producteurs locaux et d'introduire des clauses de durabilité dans leurs cahiers de charges. Cet outil fait peau neuve dans une nouvelle mouture.

« Les règles en matière de marchés publics évoluent constamment, il était important d'intégrer ces nouveautés dans le guide, explique Simon Lechat, juriste spécialiste des marchés publics à la Cellule Manger Demain. Ensuite, nous avons voulu partir de la réalité vécue par les cantines en nous basant notamment sur des exemples inspirants. L'idée est enfin de proposer une méthodologie « clé sur porte » et étape par étape pour concevoir son marché public alimentaire de manière durable. »

Un enjeu pour l'alimentation durable

L'approvisionnement local en restauration collective constitue un levier essentiel pour une alimentation plus durable. En Wallonie, 348 cuisines collectives se sont engagées à favoriser les produits locaux et de saison dans le cadre du Green Deal Cantines Durables. Cependant, de nombreux obstacles subsistent : gestion logistique, coûts, adaptation des produits aux besoins des cantines et cadre réglementaire strict.

La législation sur les marchés publics interdit en effet de favoriser un territoire particulier par rapport à un autre, en vertu du principe de non-discrimination.

Le guide mis à jour propose des solutions concrètes pour répondre à ces défis en rédigeant des cahiers de charges respectant les exigences légales.

« La législation permet en réalité toute une série de choses pour ouvrir son marché à une offre locale, insiste Simon Lechat. Le problème est en partie lié à un manque de connaissance de l'offre locale et au fait qu'un marché d'alimentation doit être abordé de façon spécifique. »

Un guide pratique pour une mise en œuvre concrète



Ce document se décline en deux parties :

- Une proposition de méthodologie pour concevoir un marché public alimentaire durable dans le contexte de la restauration collective tout en respectant les principes juridiques.
- Une présentation de cinq filières agricoles présentant un intérêt pour les cuisines de collectivité : la viande, les fruits et légumes, les produits laitiers, les protéines d'origine végétale et les produits de boulangerie.

« Le guide permet de montrer aux collectivités en quoi les filières wallonnes ont la capacité de répondre à leurs demandes, au niveau par exemple des volumes, de la régularité ou de la logistique, explique Simon Lechat. »

Favoriser le dialogue entre cantines et producteurs

Au-delà de l'aspect réglementaire, cette nouvelle édition du guide insiste sur l'importance du dialogue entre les acteurs de la restauration collective et les producteurs. Mieux comprendre les contraintes de chaque partie est essentiel pour favoriser des collaborations durables et viables économiquement.

Avec cet outil enrichi, la Cellule Manger Demain espère accélérer la transition alimentaire en Wallonie et encourager davantage de cantines à s'engager dans une démarche d'approvisionnement local.

« Le tout est de s'autoriser à y aller progressivement, conclut Simon Lechat. On peut commencer par un type de produits spécifique. Une fois qu'on a entamé le processus, la machine se met en route. »

Pour toute question sur vos marchés publics alimentaires ou pour bénéficier d'un accompagnement sur mesure, vous pouvez prendre contact avec la Cellule Manger Demain, à l'adresse info@mangerdemain.be.



BULLES
DE PLAISIR

CHAMPAGNE

de Castellane

Dans les cuisines professionnelles, les graisses sont partout. Invisibles à l'œil nu, elles s'incrustent, s'accumulent et deviennent un redoutable ennemi de l'hygiène alimentaire. Pour les bouchers, traiteurs, restaurateurs collectifs ou industriels, apprendre à mieux gérer ces résidus est devenu une priorité. Comment lutter efficacement contre les graisses ? Et surtout, comment le faire sans compromettre la sécurité, la durabilité ni le rendement de production ?

1. Des graisses tenaces... et à hauts risques

Les graisses issues des viandes, huiles de cuisson, sauces, produits transformés ou matières premières manipulées en cuisine sont bien plus que de simples salissures. Ce sont des pièges pour les micro-organismes. Elles nourrissent, protègent et fixent les agents pathogènes, créant des environnements propices à la formation de biofilm – une couche invisible mais redoutable qui abrite, entre autres, *Listeria*, *Salmonella* et *E. coli*.

Ces biofilms, lorsqu'ils s'installent sur les surfaces ou dans les équipements, deviennent très difficiles à éliminer. Leur présence compromet la sécurité alimentaire, augmente le risque de contaminations croisées et, à terme, menace la réputation même de l'établissement.

Un seul oubli de nettoyage entre deux préparations peut suffire à contaminer une chaîne entière de production.

2. Nettoyer ou désinfecter ? En réalité, l'un ne va pas sans l'autre

Dans de nombreux établissements, la confusion persiste : **nettoyage et désinfection** sont parfois perçus comme des opérations équivalentes. Or, si elles poursuivent toutes deux un objectif d'hygiène, leurs fonctions sont distinctes et parfaitement **complémentaires**. Les considérer comme interchangeables peut entraîner des failles importantes dans la maîtrise des risques sanitaires.

- **Le nettoyage** constitue la première étape indispensable. Il permet d'éliminer les salissures visibles : graisses, protéines, amidons, restes d'aliments, poussières... C'est une opération essentiellement mécanique, qui nécessite un produit adapté à la nature des salissures, notamment lorsque les graisses sont incrustées ou cuites. Après cette étape, la surface paraît propre, mais elle peut encore héberger de nombreux micro-organismes invisibles à l'œil nu.
- **La désinfection**, en revanche, a pour but de détruire ou inactiver les agents pathogènes : bactéries, virus, levures, moisissures. Elle repose sur l'action d'un produit désinfectant, à condition que celui-ci puisse entrer en contact direct avec la surface. Et c'est ici que réside souvent l'erreur : si la surface n'a pas été nettoyée correctement au préalable, les résidus organiques (en particulier les graisses) forment une barrière protectrice qui empêche le désinfectant d'atteindre sa cible. Résultat : la désinfection est inefficace

En conclusion ? **Le nettoyage est la condition sine qua non d'une désinfection réussie.** Les deux étapes doivent s'enchaîner rigoureusement, selon un protocole précis, en respectant les temps de contact, les températures de l'eau et les dosages adaptés à chaque produit. C'est seulement à ce prix que l'on peut garantir une hygiène conforme, durable et sécurisée – pour les produits comme pour les opérateurs.

3. Une hygiène durable, c'est aussi une question de sécurité et d'économie

Les responsables d'achats le savent : l'hygiène ne se mesure plus seulement à la propreté visible. Il s'agit aujourd'hui de concilier performance, sécurité du personnel, durabilité des installations et respect de l'environnement.

Des produits performants, bien utilisés, permettent de réduire les arrêts techniques, prolonger la durée de vie du matériel et diminuer les coûts liés aux non-conformités sanitaires.



Les solutions enzymatiques pour le traitement des graisses répondent à plusieurs critères:

- Efficacité démontrée : élimination complète des graisses et des micro-organismes pathogènes
- Sécurité des équipes : formulations douces, pH neutre, ...
- Respect des matériaux : inox, plans de travail, joints, canalisations...
- Faible impact environnemental : biodégradabilité, réduction de la consommation d'eau, limitation des rejets.

4. 6 réflexes essentiels pour maîtriser les graisses et éviter les contaminations croisées

En matière d'hygiène, la rigueur du protocole ne suffit pas toujours. Ce sont souvent les gestes du quotidien, les automatismes bien ancrés, qui font toute la différence. Voici une check-list pratique et éprouvée, à intégrer dans toute cuisine professionnelle pour limiter efficacement les risques liés aux graisses et aux contaminations croisées :

1. Séparer les zones de travail

Il est fondamental de bien différencier les espaces dédiés à chaque étape du processus : **découpe, cuisson, stockage, nettoyage**. Le croisement de ces zones augmente mécaniquement les risques de transfert de graisses ou de micro-organismes. Idéalement, chaque zone doit être physiquement délimitée (marquage au sol, code couleur, cloisons) et équipée en conséquence.

2. Utiliser du matériel distinct selon les aliments

Planche rouge pour la viande, bleue pour le poisson, verte pour les légumes... Ce code couleur bien connu doit être strictement respecté. Couteaux, pinces, bacs ou machines doivent également être **dédiés à un seul type de denrée** pour éviter les transferts graisseux invisibles mais redoutables. Entre chaque tâche, le nettoyage et la désinfection du matériel doivent être systématiques.

3. Emballer hermétiquement les denrées

Après utilisation, les aliments doivent être rapidement conditionnés dans des **contenants propres et fermés hermétiquement**, afin de limiter leur exposition aux projections, aux graisses en suspension dans l'air ou aux résidus présents sur les surfaces. Ces contenants doivent ensuite être entreposés dans un endroit dédié, loin des zones de transformation des viandes et graisses animales.

4. Mettre en place un protocole de nettoyage

Le couple nettoyage + désinfection doit être **structuré dans un planning précis**, avec des fréquences adaptées au niveau de production. Il est indispensable de désigner des référents d'hygiène responsables de l'application des procédures. Ce protocole doit détailler les produits utilisés, les dosages, les temps de contact, les équipements concernés et la méthode à suivre (mécanique, manuelle ou automatisée).

5. Former et responsabiliser le personnel

L'hygiène ne repose pas uniquement sur les produits ou les procédures : elle dépend des hommes et des femmes qui les appliquent. Une formation régulière, accompagnée de rappels visuels (affichages, pictogrammes, vidéos courtes), permet de sensibiliser à l'importance du traitement des graisses et de renforcer l'implication de chacun dans la maîtrise des risques.

6. Surveiller les points critiques

Dans chaque cuisine, certains endroits sont plus exposés que d'autres à l'accumulation de graisses et au développement de biofilm. Il est crucial de porter une attention particulière aux angles morts, joints de sol, grilles d'aération, pieds de tables ou siphons. Ces zones doivent faire l'objet d'un nettoyage renforcé et régulier, avec des outils adaptés pour éviter leur oubli.

En cuisine professionnelle, l'hygiène ne se négocie pas, mais elle ne doit plus se faire au détriment de la santé des équipes ni de l'environnement.





Repensons ensemble votre **hygiène de demain.**
avec notre Green Clean Program.
Une démarche **durable**, globale
et **réaliste** pour vous et vos
équipes



- Déterminons ensemble VOS **OBJECTIFS DE DURABILITÉ**
- Bénéficiez de **SOLUTIONS D'HYGIÈNE labellisées** adaptées à vos besoins
- Consolidez vos connaissances en intégrant la **SENSIBILISATION & FORMATION** de vos équipes
- **ECO-OPTIMISATION** de vos installations et protocoles de nettoyage
- Nos experts vous accompagnent pour **AJUSTER & OPTIMISER** votre protocole d'hygiène durable tout au long de l'année



- Action désinfectante à large spectre bactéricide, fongicide, levuricide et virucide.
- Action préventive contre le biofilm : Préviend le risque de développement de biofilm (= arme secrète de la résistance bactérienne) grâce à son complexe enzymatique unique.

RETROUVEZ UNE FRAICHEUR INSTANTANÉE

Traitement anti-odeur
Enzymo-bactérien



Formule
**PRÊTE À
L'EMPLOI**



**MULTI
APPLICATION**

Canalisations, Sanitaires
& surfaces malodorantes

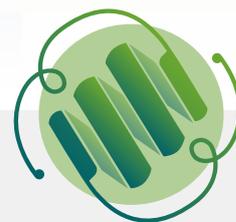


BIOTechnologie

Probiotiques : microorganismes
de classe 1 (selon l'European
Federation of Biotechnologies)*



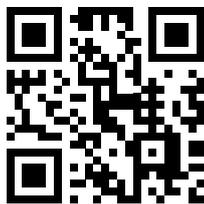
Action préventive contre les
mauvaises odeurs. Les enzymes
dégradent les résidus organiques
pour accélérer leur assimilation par les
bactéries .



COLD ENZYME

Des enzymes dernière
génération actives à froid

FÉDÉRATION FCCWB



Magnifique rencontre pour la FCCWB ce 22 mars 2025
au 11e Congrès de Médecine & Nutrition
en présence de la Présidente le Dr. Anne Boucquiau
Scanne le QR visiter le site de la SBMN



Table ronde

- ✓ Roser Gomez Roig, Health & Scientific Manager, Danone
- ✓ Pr Yan Larondelle, professeur de biochimie et de nutrition, UCLouvain
- ✓ Véronique Maindoux, coordinatrice du Master en nutrition et transition alimentaire, Haute École Léonard de Vinci





QU'EST-CE QUE C'EST ? POURQUOI ?... ET COMMENT EST-IL NÉ ?

Un peu d'histoire...

En marge d'une période aussi difficile dès avril 2020 que fut la Covid dans le milieu de l'Horeca et de toutes autres entreprises, Jean-Claude Baudart, qui venait 8 jours plus tôt de reprendre une brasserie en faillite à Huy, a compris tout de suite que le sauvetage de son commerce, serait la qualité d'une gestion optimale ! Et pas les aides éventuelles !

La soixantaine bien présente, il savait, après 40 ans d'une carrière professionnelle dans tous les milieux de la restauration, dont 20 dans la gestion, à travers ses entreprises, de + de 150 cuisines collectives, que jamais une aide structurelle des pouvoirs publics ne pourrait permettre aux commerces de passer cette crise sans casse !

Il savait aussi que dans toute réalité dévoilée sur ce genre de crise, une grande partie restait « secret d'état » et que donc cette Covid durerait probablement bien plus longtemps que ce qui était prévu au départ ! Il a très vite compris que la baisse de la TVA à 6% et les droits passerelles seraient des cadeaux empoisonnés qui donneraient l'impression aux entrepreneurs que le cash était là !

Si, on n'est peut-être plus dans l'adage « tiroir-caisse =bénéfice » le souci du milieu de la restauration et de l'Horeca en général c'est... que tous pensent être bon gestionnaire ! Ce qui a posé à certains bien plus de problèmes qu'à d'autres durant et directement après cette crise et l'arrêt des aides !

Période aussi, où certains fournisseurs en ont bien profité ! Surtout dans un monde où « si vous ne demandez rien, vous ne recevez rien » !

Directement Jean-Claude a décidé en partant d'une page blanche de réfléchir à comment optimiser le résultat de son commerce !

Non pas juste à produire des plats à emporter ou mettre en place une carte « solidaire », mais à réfléchir dans les périodes d'ouverture, à com-

ment attirer un maximum de « clients rentables » et surtout à comment gérer objectivement par les chiffres son établissement pour passer au-dessus de cette vague destructrice ?

C'est à ce moment, qu'autour de tableaux, de tableurs et de couleurs... de plus en plus sophistiqués il va créer un outil hyper performant qui va lui donner, au jour le jour, non pas un chiffre approximatif de la situation de son portefeuille, mais des chiffres à la précision optimale !

Ce n'est plus lui qui va gérer son portefeuille mais bien son logiciel Excel. Lui il va lire, analyser, exécuter et réagir !

Un outil performant mais qui demandait un temps certain d'implémentations et de lectures ! Cependant, la finesse des résultats devenait hyper intéressante, que ce soit dans l'anticipation des sommes à prévoir pour le paiement du personnel, pour la lecture des créances existantes mais connaître au jour le jour son dû TVA... à épargner !

De plus cela laissait prévoir les possibilités ou pas de potentiels investissements !

Car sans investissement aussi minime soit-il, il ne saurait pas y avoir de croissance !

En résumé, ne pas attendre que le portefeuille soit vide pour pouvoir réagir ! Avoir la possibilité de déterminer tout de suite une grande partie de ses résultats comptables avant sa déclaration trimestrielle !

La naissance d'Eazy Gest,

Après avoir aidé une grosse structure de Brasseries connue à pouvoir lire ses chiffres, un plan de restructuration fut déterminé ! mettre en place un plan de gestion optimisé !

Au vu d'un résultat hyper positif chez un gros fournisseur de cette brasserie, celui-ci fit germer l'idée de transformer ce pseudo logiciel/outil de gestion en « Application facilitatrice et hyper simplifiée du portefeuille

de toute entreprise au départ »

Une année de réflexions, de modifications et de simplifications amena à ce résultat sans précédent !

Eazy Gest était née !

Qu'est-ce que EazyGest ?

C'est votre portefeuille !

Quelles sont les performances d'EazyGest ?

EazyGest c'est une application utilisable sur Smartphone et Laptop ! Elle est hyper intuitive et hyper facile à manipuler sans aucune base, ni informatique, ni comptable !

- 5 à 10 minutes maximum par jour d'introduction de données !
- Résultat au jour le jour.
- Contrôle assuré de son commerce ou institution.
- Réactivité hyper rapide si glissement financier ou de rentabilité.
- Visibilité immédiate de sa créance TVA et créances globales.
- Food cost et drink cost journalier.



Diagramme clair d'évolution mensuelle pour les 8 centres de frais essentiels !

Qu'est-ce qui différencie EazyGest et d'autres outils ?

Le fait que cette Application fut créée par un concepteur qui a vécu le milieu durant 40 ans et qui connaît les points clés, les sources d'erreurs possibles, les dérapages et les négligences éventuelles de gestion du secteur ! d'autant plus dans le milieu des cuisines collectives où les marges sont très serrées !

Le résultat d'une passion et surtout à 65 ans la volonté d'apporter une réelle aide au secteur large de la restauration, de la collectivité et de l'entreprise en général ! En soi « donner ce que l'on a reçu » !

Mais qui est Jean-Claude Baudart ?



Prix Talents de gestion en RW en 2001 il fut désigné Manager de l'Année de la Province de Namur en Management en 2002 et surtout sa société BD Food fut nommée 2 années de suite et surtout sur le podium de l'Entreprise de l'Année 2005.

Après 13 années de traiteur dans la région cinacienne, Jean-Claude à crée BD Food Invest en 1993, spécialisée principalement dans la gestion de cuisines de maisons de repos, de centres pour demandeurs d'asile et d'Hôpitaux comme ceux d'Ottignies, d'Auvelais ou les cuisines du CHU Sart Tilman à Liège. La reprise des cuisines du CHU ayant apporté un maximum de visibilité Jean-Claude, seul actionnaire décida de vendre sa société vu la pression de reprise des concurrents.

Ensuite, Jean-Claude créa en 2007, avec Ludovic Maisin, rencontré deux ans plus tôt lors de la vente de BD Food, une autre société de haut niveau qualitatif dans le secteur avec DUO Catering ! « Une success Story » pour cette société depuis près de 20 ans !

En mars 2020, quelques jours avant la déclaration de la Covid et des fermetures connues, Jean-Claude et sa compagne décidèrent de reprendre une brasserie « l'Atmosphère » à Huy. Un succès aussi ! Mais des problèmes de santé va les obliger à remettre ce commerce fin 2023. Ceci après, malgré la crise, des résultats comptables très positifs !

Pourquoi choisir EazyGest ?

Pour amener autour de vous un climat de sérénité et de rassurance de gestion pour vous créer une facilité commerciale et vous éviter des dérapages évitables.

Un set up effectué chez vous en intégrant toutes les données de base de votre établissement.

Un suivi personnalisé et une confidentialité totale.

Mail : Info@eazygest.be tel : 0473/703.406 ou 0471/642.511
Adresse : Chemin des Ajoncs,5 à 5100 Wépion – Site Internet en développement.

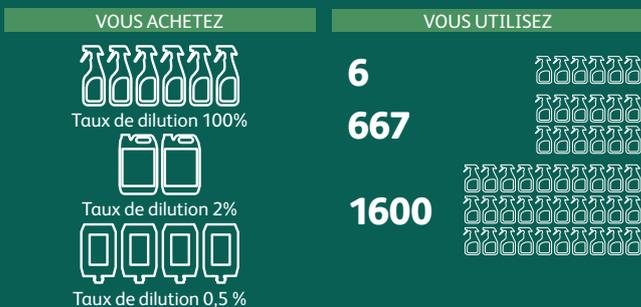
5 conseils pour des opérations de nettoyage durables

Voici nos 5 conseils pratiques pour un nettoyage plus vert.

1 Utilisez des produits concentrés avec un système de dosage ou dilution.



Les pulvérisateurs rechargeables permettent de réduire les déchets plastique.



*Les recommandations de dilution dépendent du produit utilisé.



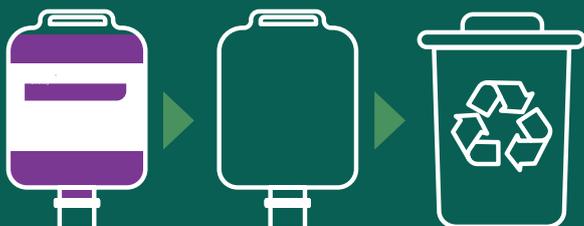
2 Utilisez des ustensiles de nettoyage pour minimiser l'utilisation de produits chimiques.

3 Utilisez des produits éco-certifiés

Les produits portant un écolabel européen ont été évalués par un organisme indépendant. Pour obtenir un écolabel européen, l'ensemble du cycle de vie d'un produit est examiné, pas seulement les matières premières et l'emballage. Les écolabels les plus considérés dans le secteur du nettoyage sont : EU Flower, Swan et Cradle to Cradle.



4 Choisissez des produits dans un emballage entièrement recyclable en plastique monomatériau.



Utiliser

Jeter

Recycler

5 Utilisez des produits de nettoyage faits à partir ressources renouvelables.

Nos produits SURE®, tels que les produits de nettoyage et désinfectants pour un nettoyage et une hygiène quotidiens, sont composés à base de plantes et 100% biodégradables.

Les produits contiennent des ingrédients dérivés des sous-produits de l'industrie agroalimentaire, issus de betteraves, de maïs, de paille et de noix de coco.



5 conseils pour des opérations de nettoyage plus durables

Les produits de notre sélection "Plus vert que vert" facilitent votre vie. Nous avons sélectionné pour vous les solutions les plus durables de nos gammes de produits afin que vous puissiez vous concentrer sur votre activité et nous veillons à ce que votre nettoyage soit plus responsable.

En choisissant l'une de nos solutions "Plus vert que vert", vous pouvez commencer à réduire votre empreinte carbone et travailler plus efficacement tout en réduisant les coûts.

1 Utilisez des produits concentrés avec un système de dosage ou dilution.



Divermite®



Diverflow®



QuattroSelect®

2 Utilisez des ustensiles de nettoyage pour minimiser l'utilisation de produits chimiques.



Chiffonnettes microfibres



Disques Twister

3 Produits éco-certifiés



4 Poches monomatières SafePack™

New SafePack. More than a pouch.



5 Utilisez des produits de nettoyage faits à partir de ressources renouvelables.





A LA RECHERCHE DE L'OBTENTION D'UN SMILEY !



IDENTIFICATION ET ANALYSE DES PROCESSUS

Identification et analyse de 20 processus :
en distinguant les différentes composantes,
en analysant les risques en fonction des types de prestation selon la liaison chaude,
en analysant les risques en fonction des types de prestation selon la liaison froide.
en vue de respecter les prescrits de l'AFSCA. En outre, si ces processus sont suivis, ils permettent d'obtenir un « smiley » par un organisme certificateur.

Processus 1 - Achat des marchandises

- Choisissez soigneusement vos fournisseurs
- Fixez clairement les règles de livraison
- Soyez particulièrement attentif à leur politique d'hygiène
- Surveillez les compétences de l'acheteur
- Faites primer la qualité sur le prix le plus bas
- Soyez très exigeant selon la caractéristique de risque

Processus 2- Réception des marchandises

- Communiquez les règles fixées avec le fournisseur au personnel chargé de la réception des marchandises
- Contrôlez systématiquement la réception des marchandises. Faire une copie à remettre au livreur.
- Refusez des marchandises non conformes et remplissez systématiquement le document de non-conformité pour chaque fournisseur
- Prévoyez une formation (HACCP) pour les employés réceptionnant les marchandises

Processus 3 - Stockage des marchandises (Produits secs)

- Surveillez la température dans les magasins secs (pas d'humidité)
- Veillez à ce que le magasinier dispose d'une bonne connaissance des produits
- Travaillez de façon ordonnée en respectant les dates de péremption
- Soyez attentif aux animaux nuisibles. Contrat de surveillance avec une firme spécialisée
- Surveillez l'hygiène personnelle du personnel

Processus 4 - Stockage des marchandises réfrigérées (2 à 4) / Stockage des marchandises congelées (-18)

- Nettoyage des zones de stockage
- Garantir la bonne température de stockage
- Prévoir un système d'alarme de préférence sur chaque chambre froide et de congélation en cas de température déviante

- 
- Prévoyez une bonne rotation de stock
 - Interdiction de stocker à même le sol
 - Rentez les produits dans les zones de stockage endéans les 15 minutes maximum

Processus 5 - Préparations avant utilisation

- Prévoyez toujours une séparation entre sale et propre
- Décongelez les surgelés au réfrigérateur selon les instructions précises du producteur
- Utilisez toujours du matériel propre
- Déballez de préférence dans un endroit séparé

Processus 6 - Cuisine froide

- Respectez les dates de péremption fixées aux niveaux interne et externe
- Prévoyez une température adaptée dans la cuisine froide
- Appliquez strictement les règles d'hygiène de base rigoureusement
- Reconnaissez les produits à haut risque
- Surveillez particulièrement la propreté des ustensiles

Processus 7 - Cuisine chaude

- Prélevez les plats témoins en fonction des productions
- Classez les produits selon le risque
- Prévoyez les risques supplémentaires provenant de l'eau, la vapeur
- Evitez l'emploi d'œufs crus, sauf s'ils sont réchauffés ou pasteurisés préalablement
- Respectez les procédures d'hygiène pour l'épluchage des légumes
- Déballez et décongelez les surgelés comme recommandé sur l'emballage
- Prévoyez une température adaptée à la production
- Soyez attentifs aux appareils de traitement
- Garantisiez des températures internes suffisamment élevées
- Respectez les principes d'une bonne hygiène personnelle (se laver les mains, porter des gants, si nécessaire porter une coiffe ...)
- Reconnaissez la problématique de l'alimentation aseptisée
- Portez un masque devant la bouche lors de la préparation des plats aseptisés
- Nettoyez régulièrement entre les opérations
- Surveillez la température pendant tout le processus de production
- Apportez une attention particulière à la préparation des desserts

Processus 8 - Refroidissement

- Refroidissez les produits / plats au plus vite
- Surveillez l'épaisseur des couches
- Contrôlez temps et température pendant la réfrigération
- Contrôlez l'hygiène personnelle
- Contrôlez régulièrement les thermomètres (au moins une fois par an)

Processus 9 - Stockage en liaison froide

- Respectez les températures prescrites

- Appliquez le principe de rotation des stocks
- Soyez particulièrement attentifs à l'hygiène personnelle
- Veillez à ce que la liaison froide ne soit pas interrompue
- Recouvrir chaque préparation
- Prévoyez une étiquette pour les préparations à temps de conservation longue (plus de 24 heures)

Processus 10 - Portionnement

- Respectez strictement les bonnes pratiques d'hygiène
- Distribuez les plats au plus vite
- N'interrompez pas les liaisons chaudes et froides
- Contrôlez la température et le temps en les mesurant de manière appropriée
- Respectez la durée de conservation
- Sortez les produits de la chambre froide par lots pour le portionnement froid
- Soyez encore plus vigilant pour les préparations sous-vide

Processus 11 - Régénération

- Maintenez la température initiale de la régénération au plus bas
- Régénérez au plus vite
- Mesurez la température interne après la régénération

Processus 12 - Distribution

- Respectez les mêmes normes d'hygiène que pour la production
- Soyez conscient du danger de l'utilisation d'essuies et de récureurs
- Ne conservez pas de stock dans le service même
- Respectez les règles de conservation de nourriture dans le service
- Recouvrez toute nourriture de façon maximale
- Contrôlez la température des aliments jusqu'à leur arrivée chez le consommateur

Processus 13 - Distributeurs

- Surveillez les dates de péremption
- Rédigez un plan d'entretien et de désinfection périodique pour les distributeurs
- Contrôlez si les distributeurs se bloquent en cas de températures surélevées
- Respectez une bonne hygiène personnelle et une bonne hygiène des mains

Processus 14 - Traitement des restes

- Commandez et préparez les quantités correctes pour éviter les restes
- Définissez ce qui peut se garder, sous quelles conditions et pour combien de temps
- Refroidissez les restes chauds aussi vite que possibles
- Posez des étiquettes claires, aussi bien dans le réfrigérateur que dans le congélateur

Processus 15 - Débarrassage et vaisselle

- Maintenez les chariots bien fermés pendant le transport
- Prévenez le contact entre propre et sale
- Ne transportez pas d'autre matériel sur le chariot
- Nettoyez et désinfectez les chariots correctement
- N'entreposez pas de chariots sales en zone propre
- Séparez le débarras du buffet self service
- Séparez le matériel propre et sale
- Distinguez clairement les zones propres et sales
- Limitez au maximum les manipulations des aliments
- Programmez la température du lave-vaisselle
- Garantisiez un séchage optimal
- Nettoyez le lave-vaisselle régulièrement
- Soyez attentif au danger chimique des produits vaisselle







- Prévoyez en cas de lavage manuel de l'eau propre et des essuies propres
- Respectez de façon optimale l'hygiène des mains
- Elaborez les procédures pour le lavage des ustensiles et contrôlez leur exécution

Processus 16 - Lavage des ustensiles, plonge

- Utilisez du matériel propre et de qualité
- Respectez les 4 facteurs du processus de lavage, c'est-à-dire :
 1. Action chimique : Choisissez le détergent et le dosage approprié
 2. Action mécanique : Utilisez le matériel qui engendre un frottement et une pression appropriée. Préférez les brosses et lavettes douces aux grattoirs et frottoirs. Chaque rayure est en effet un point potentiel d'incrustation de saleté et une cache pour les micro-organismes lors de prochaines utilisations.
 3. Temps d'action : Laissez agir l'eau suffisamment longtemps
 4. Action température : Programmez la température d'action de façon optimale et en fonction du détergent utilisé
- Réglez la température de l'eau de lavage de façon optimale
- Utilisez de l'eau propre
- Réglez la température de l'eau de rinçage le plus haut possible

Processus 17 - Nettoyage, désinfection, entretien

- Travaillez de façon ciblée
- Dressez un plan de nettoyage et de désinfection complet
- Utilisez seulement des produits de désinfection autorisés
- Rédigez un plan de nettoyage et désinfection complet
- Contrôlez l'efficacité des produits utilisés
- Suivez la consigne : Désinfectez après avoir nettoyé

Processus 18 - Traitement des déchets

- Effectuez le tri des déchets
- Soyez attentif à l'hygiène des poubelles et sacs poubelles
- Evitez les risques d'une contamination croisée
- Evacuez les déchets au plus vite
- Evitez le contact entre propre et sale
- Ne stockez pas les déchets à proximité de la cuisine

Processus 19 - Transport interne

- Surveillez l'hygiène et tenue du personnel en cuisine et à la distribution
- Planifiez les itinéraires et le timing du transport de façon efficace
- Eliminez les temps d'attentes (source de danger pour la température)
- Mesurez et enregistrez les évolutions de température pendant le transport

Processus 20 - Transport externe

- Surveillez l'hygiène et tenue du personnel en cuisine et à la distribution
- Planifiez les itinéraires et le timing du transport de manière efficace
- Eliminez les temps d'attentes (source de danger pour la température)
- Mesurez et enregistrez les évolutions de température pendant le transport



Gérard Filot
0475 41 68 68

Alfiero®



Rue des Six-Bonniers, 108
4100, Seraing, Belgique
www.alfiero.be

Contact :
Commercial@alfiero.be
+32 4 74 10 14 07



Notre partenaire & distributeur pour
la France

Contact commercial : info@ezdo.fr

Gigi

GREENYARD brand



NOUVEAU

30 x
40 g

Meet me, try me, love me

- Sans gluten ni lactose
- Onctueux et plein de saveur
- Une abondance de fruits et de légumes en format MINI
- Des combinaisons de saveurs surprenantes
- Pure-Plant (végétalien)
- C'est bon pour vous et pour la planète



VEGAN



96691



96693

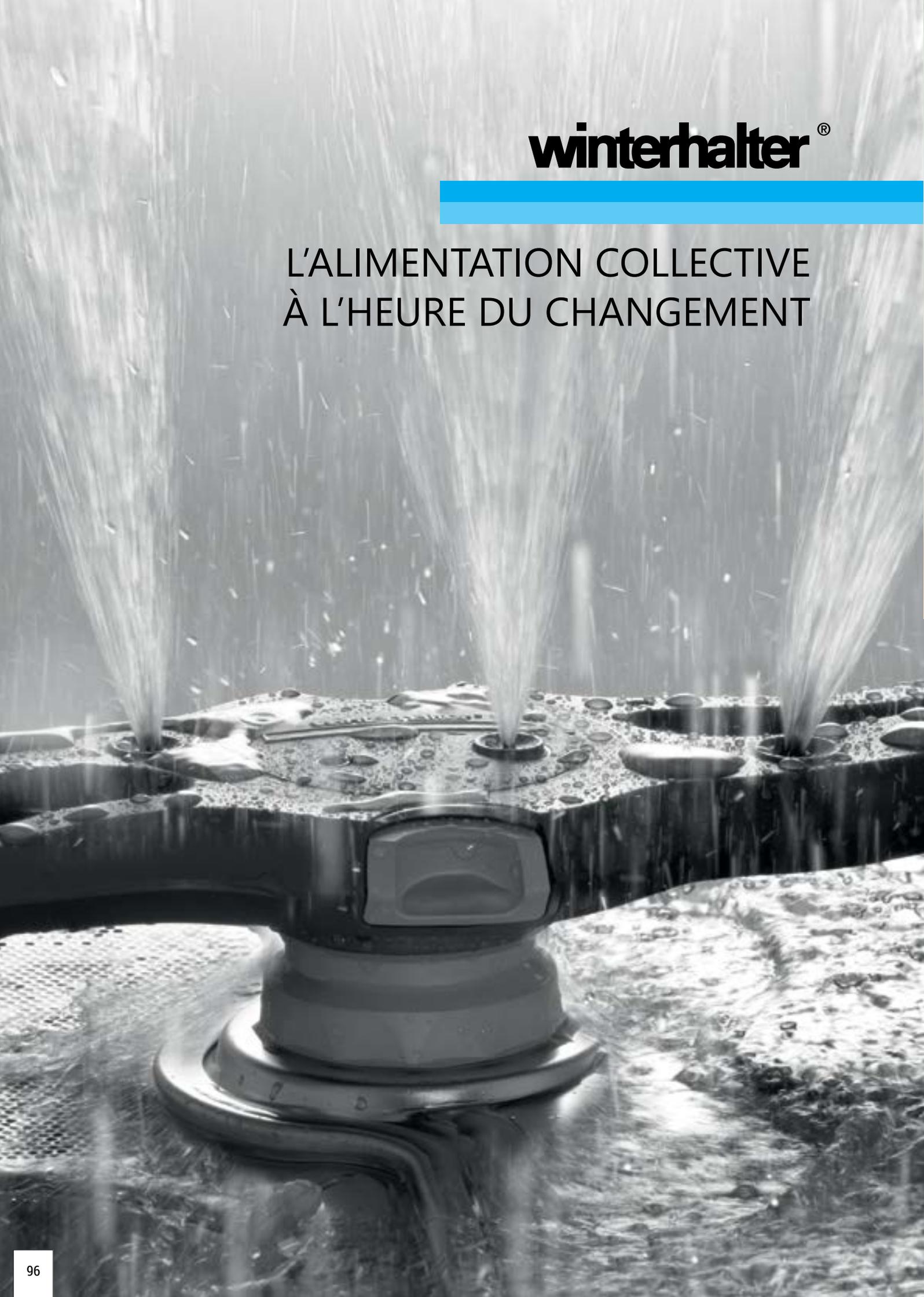


96694



96692

Pour plus d'informations, veuillez contacter Ingrid.luyckx@greenyardfrozen.com



winterhalter[®]

L'ALIMENTATION COLLECTIVE
À L'HEURE DU CHANGEMENT



Mieux manger, pour mieux vivre, dès la cantine. Voilà le mot d'ordre que partagent aujourd'hui de nombreux établissements de restauration collective. En Wallonie-Bruxelles, cette transition vers une alimentation plus saine, plus locale et plus durable est bien en marche.

Et ce, grâce à l'engagement de structures comme la Fédération des Cuisines de Collectivité Wallonie-Bruxelles (FCCWB), qui accompagne ses membres – écoles, maisons de repos, hôpitaux, centres sociaux – vers de meilleures pratiques.

Parmi les axes de transformation prioritaires :

- Réduction des matières grasses superflues,
- Mise en valeur des produits belges,
- Utilisation d'ingrédients frais et de saison,
- Respect de l'environnement à chaque étape du processus.

Mais pour mener à bien cette transition, l'équipement joue un rôle-clé. Car une bonne cuisine ne va pas sans une bonne logistique. Et dans cette chaîne invisible mais essentielle, le lavage de la vaisselle constitue un maillon stratégique.

C'est ici qu'intervient Winterhalter, expert en solutions de lavage professionnel, avec deux gammes parfaitement adaptées à la réalité des cuisines collectives belges : les modèles frontaux UC et les capots PT.

Produits sains et hygiène irréprochable : un duo inséparable

Cuisiner plus sainement, c'est aussi repenser la gestion de la cuisine.

Cela passe par :

- L'élimination de contenants jetables,
- La valorisation de la vaisselle réutilisable,
- Des ustensiles bien lavés, désinfectés, sans résidus de graisse ou allergènes,
- Des économies d'eau et d'énergie.

Ces besoins s'inscrivent dans une logique plus large : celle du cycle de production durable, où chaque maillon, du fournisseur local au poste de plonge, est optimisé. Et la plonge est bien plus qu'un poste technique. C'est un garant de la sécurité alimentaire et de la fluidité du service.

Des gobelets réutilisables pour enfants aux plateaux inox des maisons médicalisées, chaque élément lavé doit répondre à des standards rigoureux. Avec Winterhalter, ces standards deviennent faciles à atteindre.

UC – Lave-vaisselle frontal compact et performant

Conçu pour les petites et moyennes structures, le lave-vaisselle UC est un bijou de technologie compacte. Il s'adapte parfaitement aux cuisines d'écoles, de crèches ou de centres communautaires.

Points forts :

- Technologie VarioPower : adapte la pression de lavage à la saleté et à la fragilité des pièces,
- Système de rinçage intelligent : assure un résultat parfait, sans trace





ni résidu,

- Rendement énergétique optimisé : moins d'eau, moins d'électricité, plus d'économies,
- Adoucisseur d'eau intégré : préserve les résistances et allonge la durée de vie de la machine,
- Fonction spéciale "gobelets réutilisables" : permet un séchage rapide, sans résidu plastique.

Témoignage :

"Dans notre école, nous avons éliminé les verres jetables. Grâce à la fonction gobelets du modèle UC, tout est propre en quelques minutes.

Moins de déchets, plus d'autonomie pour les enfants."

– Marie Wäscher, ÉCOLE MATERNELLE MARKUS / RAVENSBURG
Le lavage des gobelets à la maternelle | Winterhalter

PT – La machine à capot pour haut débit

Quand les volumes augmentent, la gamme PT devient indispensable. Dans un hôpital ou une maison de repos, la cuisine tourne à plein régime. Le service doit être fluide, rapide, fiable.

Caractéristiques clés :

- Capacité jusqu'à 77 paniers/heure,

- Système de récupération de chaleur intégré,
- Cycle de pré-lavage économique,
- Utilisation simple et ergonomique,
- Robustesse maximale, idéale pour les gros ustensiles.

Grâce à son design ouvert, le modèle PT permet un gain de temps considérable. Il se connecte facilement à un tunnel de pré-lavage ou à des tables de tri.

Témoignage :

"Pendant les heures de pointe, nous devons laver des casseroles, des plateaux GN et de la vaisselle classique. Le PT répond à tout, sans jamais ralentir."

– Josef Schmidbauer, SCHLOSSCAFÉ PALMENHAUS / MUNICH
Lave-vaisselles à capot pour les services de restauration | Winterhalter

Une approche intégrée pour la cuisine collective

Chez Winterhalter, l'équipement ne se limite pas à la machine. C'est une approche globale, qui comprend :

- L'analyse des besoins (nombre de repas, types d'ustensiles, contraintes d'espace),
- L'installation, la formation du personnel,
- L'entretien préventif,



- Le conseil sur les produits de lavage compatibles avec les aliments sensibles,
- Le respect des normes HACCP.

En collaboration avec la FCCWB, des ateliers, démonstrations et tests sur site sont régulièrement proposés. L'objectif : former les acteurs de terrain à des pratiques de lavage efficaces, écologiques et économiques.

Pour des cuisines collectives saines, locales et performantes
La transition alimentaire en collectivité n'est pas une tendance, mais une nécessité. Offrir des repas équilibrés, issus de circuits courts, riches en nutriments et pauvres en graisses inutiles, exige une infrastructure fiable.

Winterhalter, partenaire de confiance des établissements collectifs, propose bien plus qu'un lave-vaisselle :

- Une solution complète pour répondre à la réalité du terrain,
- Une technologie adaptée à la fois aux petits volumes (UC) et aux grands (PT),
- Un soutien technique permanent.

Contact Winterhalter Belgique

Tél. : +32 2 255 18 10

Web : www.winterhalter.com/be-fr

“Soutenir les cuisines de collectivité, c'est soutenir une Belgique qui mange mieux, ensemble.” – Eddy Croes , Managing Director Winterhalter Belgique.

CTR | UN RENDEMENT EXCEPTIONNEL.

Le lave-vaisselle à avancement automatique de casiers compact



Horeca Expo Gand

17 - 20.11.2024

STAND: 5211

PLUS D'INFORMATION?

www.winterhalter.be





MICHEL JONET, NOTRE BAROUDEUR GASTRONOMIQUE,
REND VISITE À VIVARDENT (SPRIMONT)
UNE EXPÉRIENCE VITICOLE INNOVANTE ET ENGAGÉE

Lorsque nous arrivons au Domaine VivArdent, à Sprimont, nous sommes immédiatement saisis par l'harmonie du lieu. Une vaste étendue de vignes s'étend à perte de vue, baignée par la lumière douce du matin. L'air est empreint d'une fraîcheur minérale, celle des sols de schiste violet qui confèrent ici au terroir une singularité rare. L'accueil de Manuel Sterck, sales manager, et de Philippe Minne, associé, est à l'image du projet : chaleureux, passionné et authentique. Dès les premiers échanges, on sent la fierté qui anime ces hommes, convaincus d'écrire une nouvelle page de la viticulture belge.

"Bienvenue à VivArdent ! Ici, nous faisons bien plus que du vin : nous donnons une identité à un terroir, nous créons du lien entre les vigneron, les producteurs de fruits en quête de diversification, les consommateurs et tous ceux qui veulent faire partie de cette aventure !" explique Philippe Minne. Manuel Sterck ajoute : "Ce domaine est né d'une vision ambitieuse : montrer qu'en Belgique, nous avons tout pour produire des vins d'exception, avec des méthodes respectueuses de l'environnement et un ancrage local fort."

Un ancrage local et des origines fortes

VivArdent n'est pas né par hasard. Il est le fruit d'une longue réflexion et d'un constat économique et climatique. Alors que 400 millions de bouteilles de vin sont consommées chaque année en Belgique, seulement 1% sont produites localement. Pourtant, nos voisins luxembourgeois et allemands réussissent à exploiter leur terroir malgré un climat similaire au nôtre. "Il était temps de donner un nouvel élan à la viticulture belge, de structurer une véritable filière," confie Philippe Minne.

Ce projet a vu le jour sous l'impulsion de Xavier Bioul, Philippe Minne et Jean-Michel Jérôme, trois associés fondateurs partageant la même volonté de transformer la viticulture belge. Tous issus d'horizons complémentaires, ils ont mis leurs compétences et leur passion au service d'une ambition commune : faire de VivArdent une référence viticole en Belgique.

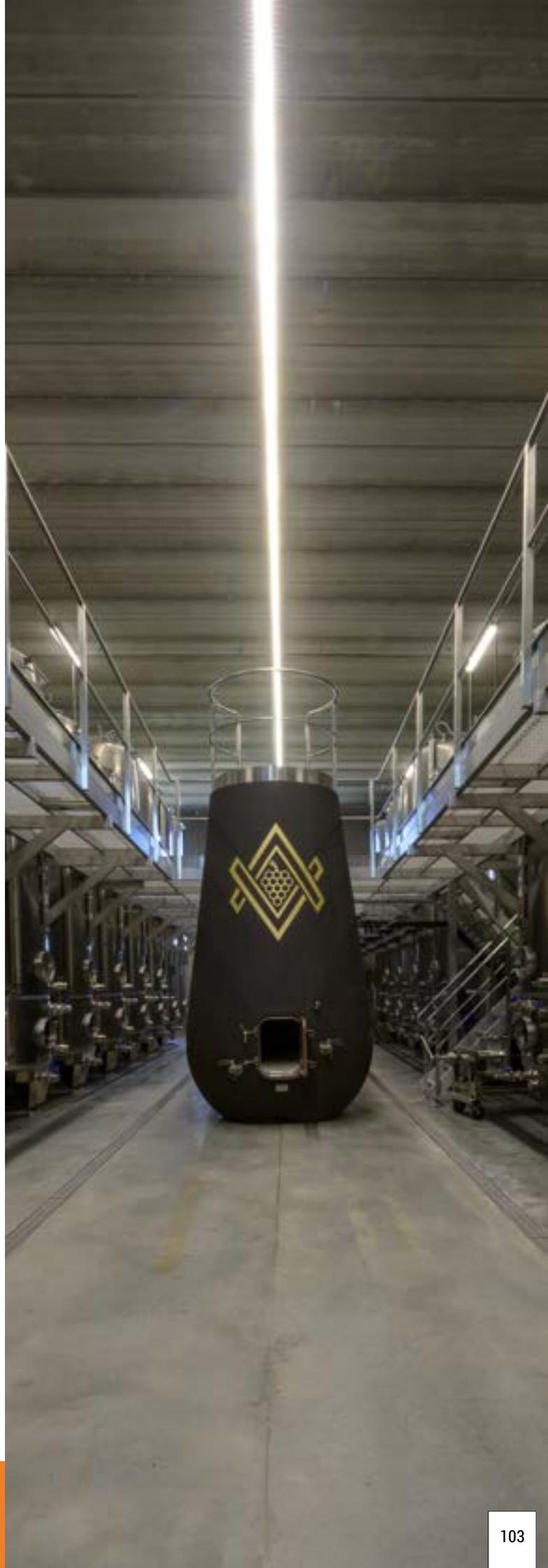
Derrière ces noms se cache une histoire d'amitié et de passion. Le vin n'est pas seulement un produit agricole, c'est une culture, une transmission de savoir-faire et un art de vivre.

Tous trois ont parcouru les vignobles européens, rencontrant des vigneron, apprenant des méthodes ancestrales et modernes, cherchant à comprendre comment le vin pouvait devenir un acteur du changement sociétal et environnemental.

Le projet VivArdent, c'est avant tout une ambition : construire une filière viticole forte en Belgique, en s'appuyant sur un savoir-faire précis, des choix écologiques responsables et une mise en valeur du terroir local. C'est dans cet esprit que les premières vignes ont été plantées sur ces terres ardennaises, après des études approfondies des sols et du climat.

Le domaine et la qualité des vins sélectionnés

Le vignoble de six hectares bénéficie d'un positionnement idéal. Exposé plein sud, il est planté de cépages soigneusement sélectionnés





pour leur adaptation au climat local : Chardonnay, Pinot Noir, Riesling, mais aussi des cépages interspécifiques de type Solaris Johanniter qui permettent de produire des vins équilibrés et expressifs, reflétant au mieux le terroir de Sprimont. La topographie du lieu, alliée à un microclimat particulier et assez exigeant, permet aux raisins d'atteindre une maturité optimale tout en conservant une belle fraîcheur.

Mais VivArdent ne se limite pas à ses propres vignes. Il a noué un partenariat stratégique avec le Domaine Natura, situé dans le sud de la France. Ce domaine, dirigé par Laurent Savy et Julien Salas, produit des vins en appellation Duché d'Uzès et Pays d'Oc. L'objectif ? Proposer aux amateurs belges une sélection rigoureuse de vins français, issus de méthodes respectueuses de l'environnement et en parfaite adéquation avec la philosophie de VivArdent.

Outre cette production, le domaine a mis en place une approche rare

d'assemblage et de vinification, permettant de composer des vins sur mesure en fonction des millésimes et des évolutions climatiques.

"Nous sélectionnons nos vins avec soin, en nous assurant qu'ils reflètent une identité forte et une qualité irréprochable", explique Manuel Sterck. "Nos clients savent qu'en venant ici, ils découvrent une gamme cohérente et fidèle à nos valeurs."

Une vinification sur mesure pour préserver l'authenticité des vins

« Chaque étape est pensée pour préserver l'authenticité et la richesse aromatique de nos vins », explique Philippe Minne.

L'objectif est d'offrir aux vignerons et producteurs la possibilité de réaliser des vins « à façon », en leur apportant un accompagnement personnalisé à chaque stade de la vinification. Chacun peut ainsi amener ses raisins, son vin ou même ses fruits pour bénéficier d'un savoir-faire



qui respecte l'identité de son terroir et de sa production. L'approche repose sur une vinification minutieuse, allant du pressurage à l'habillage des bouteilles, en passant par l'élevage et l'assemblage, afin de garantir une expression fidèle des caractéristiques propres à chaque parcelle. Les cépages sont différenciés en fonction des spécificités des villages d'origine, mettant en valeur la diversité et la typicité des terroirs locaux.

« Nous ne sommes pas une coopérative à la française où les vins sont standardisés et mélangés », souligne Manuel Sterck.

Philippe Minne de renchérir : « Ici, chaque cuvée conserve son identité propre, reflétant l'authenticité du travail de son producteur et l'âme du terroir dont elle est issue ».

Après cette introduction passionnée, nous entamons la visite du domaine. La cuverie, véritable cœur battant de VivArdent, impressionne par sa modernité. Ici, les cuves en acier inoxydable reflètent les lumières tamisées du chai, garantissant un contrôle optimal de la fermentation et du vieillissement des vins.

Nous poursuivons avec la boutique du domaine, un espace élégant où les visiteurs peuvent découvrir une sélection raffinée de vins et spiritueux. "Nous avons voulu créer un lieu où les amateurs peuvent non seulement acheter nos vins, mais aussi explorer des spiritueux et cuvées d'exception que nous sélectionnons avec le plus grand soin", ajoute Philippe Minne.

Le bâtiment résulte du savoir-faire d'un entrepreneur local, l'entreprise Eloy basée également à Sprimont "ajoute Philippe Minne.

Enfin, nous pénétrons dans la salle de réception, un espace modulable conçu pour accueillir des dégustations, des séminaires, des teams building et des événements gastronomiques.

Ici, le vin devient un élément de dialogue, une source d'échange entre les métiers de bouche, les sommelières, les amateurs éclairés et les néophytes curieux.

Outre cette salle, le domaine met régulièrement en place des ateliers d'assemblage, des cours de dégustation et des rencontres avec des producteurs et chefs locaux. Parmi les événements les plus marquants, un dîner d'exception consacré à la truffe d'Uzès, orchestré par le traiteur Goosse (Agron Billa) et le chef étoilé Benoît Neusy (Chant d'Éole), a su illustrer la richesse du dialogue entre mets et vins.

Un avenir prometteur pour la viticulture belge

À mesure que nous parcourons les vignes, une chose devient évidente : VivArdent est bien plus qu'un domaine viticole, c'est un véritable écosystème. Son modèle innovant, son ancrage régional et son engagement éthique en font une référence en devenir.

En misant sur la biodiversité, la durabilité et une approche humaine du vin, VivArdent inscrit son projet dans un mouvement plus large : celui d'une viticulture consciente, respectueuse et tournée vers l'avenir. Grâce à une équipe motivée et une gestion réfléchie, le domaine est en passe de devenir un acteur majeur du vin belge.

"Nous sommes au début d'une nouvelle ère pour le vin belge", conclut Philippe Minne. "Et nous voulons que VivArdent en soit l'un des fers de lance."

VivArdent

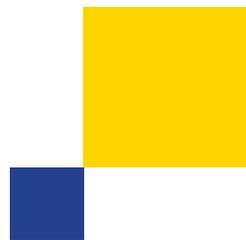
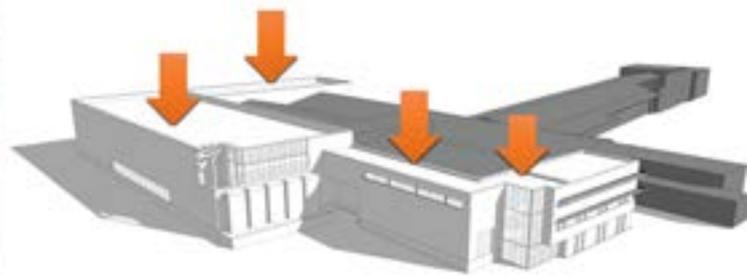
Vignoble à Sprimont

Adresse : Sur Stapelette 1, 4140 Sprimont

Téléphone : 0485 72 11 16



TERRE DE FROMAGES :
UNE PASSION DU TERROIR, UN ENGAGEMENT POUR DEMAIN



Et si un fromage racontait plus qu'une histoire de goût ? Et s'il incarnait un territoire, une mémoire, un engagement profond ?

Au cœur du Pays de Herve, Terre de Fromages fait bien plus que produire des fromages : elle perpétue un savoir-faire, soutient une filière locale et imagine chaque jour des solutions responsables pour les cuisines d'aujourd'hui et de demain. Depuis ses racines familiales jusqu'à son ancrage dans les collectivités, l'entreprise trace une voie singulière, entre tradition et innovation. Plongeons ensemble dans cette aventure où chaque bouchée est une promesse de sens et d'authenticité.

Un savoir-faire et un engagement local

En 1981, le père de Jean-Marc Cabay, héritier d'une longue lignée de fermiers et affineurs du Pays de Herve, décide de créer une activité familiale avec ses trois frères. Très vite, ils reprennent Herve Société, entreprise déjà active dans l'affinage des fromages de la région.

Pourquoi se lancer dans cette reprise ?

Sabina Troupin bénéficie d'une expertise de 10 ans dans le secteur agroalimentaire et le food service avec une spécialité de base en pâtisserie-chocolaterie. Elle est depuis un an responsable du secteur des cuisines collectives, souvent via des partenaires grossistes en collectivités. Elle intervient : « Par conviction ! Celle de préserver un patrimoine et d'en faire un levier de développement local. L'entreprise grandit, a racheté d'autres affineurs et diversifie son activité en intégrant la fabrication de fromages au lait pasteurisé. L'objectif est clair : élargir l'offre tout en respectant le terroir. »

Un peu d'histoire

Fin des années 90, Terre de Fromages franchit un cap avec la reprise de la Laiterie Régionale de Herve et l'arrivée des fromages de l'Abbaye du Val-Dieu. Dirigée par Jean-Marc Cabay, l'entreprise modernise ses outils sans renier son identité.

En 2021, elle devient officiellement Terre de Fromages, référence incontournable en Wallonie. Une maison où passion, exigence et enracinement local s'entrelacent pour valoriser un savoir-faire transmis avec fierté, de génération en génération.

Qu'est-ce qui fait la singularité d'un fromage ?

« Son terroir, son histoire... et le respect d'un savoir-faire. Terre de Fromages puise sa richesse dans la terre du Pays de Herve, une région à l'identité forte, où le lait devient art. Parmi ses fleurons, le fromage de Herve AOP incarne cette excellence : une pâte molle à la croûte lavée, au goût puissant, reconnaissable entre mille. »

Mais que signifie exactement l'AOP ?

« L'Appellation d'Origine Protégée est un label européen strict. Il garantit que le produit est fabriqué dans une zone précise, selon des méthodes traditionnelles, avec des matières premières locales. Pour le fromage de Herve, cela implique un lait régional, un affinage soigné, et une traçabilité sans faille provenant d'un savoir-faire de la région depuis le 13^e siècle. »

À côté de ce classique figurent les fromages d'abbaye du Val-Dieu, comme le Bouquet des Moines ou le Casse-Croûte, prisés pour leur texture fondante et leur caractère. La gamme s'élargit avec la Fleur de Fagne, le Trou d'Sottai, ou encore des innovations au lait de chèvre, en pâtes molles et pâtes de mi-dures avec des formats adaptés aux professionnels. Chaque création est un hommage au terroir, entre tradition et audace. »

Comment produire des fromages d'exception tout en respectant l'environnement et ceux qui le façonnent ?

« Chez Terre de Fromages, cette question guide chaque décision. L'entreprise s'inscrit dans une démarche responsable, en valorisant le travail des producteurs locaux et en s'engageant pour une agriculture plus durable.

C'est dans cette logique qu'est née la coopérative Marguerite Happy Cow, initiée par la fromagerie. Quelle est sa mission ? Garantir une alimentation naturelle des vaches, l'accès aux pâturages pendant au moins 180 jours par an, et assurer une rémunération juste aux agriculteurs. Résultat : un lait de grande qualité, une filière plus éthique et un lien direct entre terroir et produit fini, en collaboration avec le Green Deal.

Mais l'engagement ne s'arrête pas là. Terre de Fromages répond aussi à des standards internationaux stricts en obtenant la certification IFS (International Featured Standards). »



Pourquoi cette norme est-elle essentielle ?

« Parce qu'elle garantit la sécurité alimentaire, la traçabilité, l'hygiène et la conformité des produits à chaque étape de fabrication. »

Des fromages adaptés aux besoins des collectivités et des professionnels

Terre de Fromages apporte une réponse claire en proposant des produits adaptés aux besoins spécifiques des restaurateurs, des traiteurs et des collectivités. Tranches, cubes, râpés, grands blocs ...les formats sont pensés pour s'adapter aux contraintes du terrain.

Pourquoi cette diversité ?

« Parce qu'en restauration collective, chaque minute compte, chaque geste doit être optimisé. En offrant des fromages prêts à l'emploi, sans croûte ou en portions adaptées, la fromagerie facilite la préparation tout en réduisant le gaspillage. Les fromages AOP, comme le Herve ou les spécialités d'abbaye, trouvent naturellement leur place dans des recettes variées : burgers savoureux, gratins réconfortants, quiches généreuses ou sandwiches haut de gamme. Le goût du terroir se glisse ainsi dans les assiettes de tous les jours. »

Mais au-delà de la fonctionnalité, une autre question se pose : et si la restauration collective devenait un levier pour soutenir l'économie locale ?

« En choisissant Terre de Fromages, les établissements s'engagent

pour des circuits courts, une juste rémunération des producteurs et la valorisation du savoir-faire régional. »

Un Savoir-Faire Unique au Service de l'Excellence en Collectivité Que recherchent les collectivités dans un fromage ?

« Une qualité constante, une adaptabilité exemplaire et, surtout, un partenaire fiable. Terre de Fromages répond pleinement à ces attentes grâce à un savoir-faire diversifié et un outil de production à la fois souple et performant. Premier producteur de fromage de Herve AOP, l'entreprise maîtrise une large palette de techniques : pâtes molles à croûte lavée ou fleurie, fromages bleus, pâtes de mi-dures... Cette expertise permet de proposer des solutions sur mesure pour les besoins du business-to-business : développement exclusif, travail à façon, affinage personnalisé... Chaque demande est étudiée avec soin. »

Mais quels volumes cela représente-t-il concrètement ?

« Chaque année, ce sont 18 millions de litres de lait qui sont transformés en 1200 tonnes de fromages à pâte molle et 1000 tonnes de pâtes de mi-dures. Derrière ces chiffres, une équipe de 75 professionnels engagés œuvre à faire vivre un héritage unique. »

Nos aliments parcourent-ils vraiment 2 000 kilomètres avant d'atteindre nos assiettes ?

« Selon le Service Public de Wallonie, la réponse est oui. Ce constat soulève une question essentielle : et si consommer local devenait un



acte écologique ? Chez Terre de Fromages, cet engagement ne relève pas du discours, mais d'une pratique quotidienne. Le lait utilisé est régional, transformé sur place à Herve, puis distribué majoritairement en Belgique. Résultat : une fraîcheur incomparable, une empreinte carbone réduite et une valeur ajoutée qui reste dans la région. Alors que 80 % des fromages consommés en Belgique viennent de l'étranger, la fromagerie fait le pari inverse : valoriser le terroir, soutenir les producteurs locaux et offrir des produits qui ont du sens. »

L'usage et le rôle des produits locaux en collectivité

Pourquoi les produits locaux devraient-ils rester cantonnés aux marchés ou aux épiceries fines ?

« Terre de Fromages prouve chaque jour qu'ils ont toute leur place dans les cuisines collectives. Avec des formats pensés pour la restauration, une variété de saveurs et une traçabilité irréprochable, ses fromages répondent aux attentes des établissements scolaires, des hôpitaux, des maisons de repos ou encore des restaurants d'entreprise. Intégrer un fromage de Herve AOP, une Fleur de Fagne ou un Bouquet des Moines dans un menu collectif, c'est plus qu'un choix de goût. C'est une démarche qui soutient les filières locales, donne du sens à l'alimentation, et permet aux convives – petits et grands – de se reconnecter avec leur terroir. »

Quelle meilleure façon d'éduquer au goût et à la consommation responsable ?

« En faisant entrer les produits locaux dans les assiettes, les collectivités deviennent des acteurs clés de la transition alimentaire. Elles favorisent une agriculture durable, valorisent un savoir-faire belge unique et renforcent le lien entre producteurs et consommateurs. »

Et si, demain, chaque repas collectif devenait une vitrine du meilleur de nos terroirs ?

Chez Terre de Fromages, cette ambition est déjà en marche. Dans chaque cube, chaque tranche, chaque pâte affinée, se glissent des valeurs profondes : respect du vivant, fierté du local, et passion du bon. En choisissant ces fromages, on ne se contente pas de nourrir – on transmet, on relie, on bâtit un avenir où le goût et le sens avancent main dans la main.

Nous découvrons les futurs bâtiments de l'entreprise, en compagnie de Sabrina et de Francis Beberonne, engagé depuis plus de dix ans chez Terre de Fromages. Un nouvel outil de production de 2200 m² est en train de sortir de terre. Ce projet d'envergure, en partie financé par la Commission européenne dans le cadre d'un appel à projets, s'inscrit pleinement dans une dynamique de relocalisation de l'alimentation. Il valorise les circuits courts et s'appuie sur un savoir-faire traditionnel ancré dans le territoire. En ces temps où les crises successives mettent en lumière notre dépendance à des chaînes d'approvisionnement fragiles, cette initiative prend tout son sens. Elle illustre concrètement la volonté de renforcer notre souveraineté alimentaire.

ERIC FERNEZ
MA VIE À TABLE
à la Belge



MA VIE À TABLE À LA BELGE
PAR ERIC FERNEZ

Éric Fernez : L'artisan du goût à la belge

Dans l'univers effervescent de la gastronomie belge, un nom résonne avec force et authenticité : Éric Fernez. Chef passionné, fervent défenseur du « tout fait maison », il incarne une cuisine de terroir vibrante et sincère, où chaque ingrédient raconte une histoire. Ce baroudeur des fourneaux, à la carrure imposante et au verbe direct, réinvente avec brio la tradition culinaire tout en rendant hommage à ses racines boraines. Une Philosophie du Produit

Dans les cuisines de son restaurant doublement étoilé, D'Eugénie à Émilie, Éric Fernez défend une approche sans compromis : des produits d'exception, choisis avec minutie. Les poissons et crustacés proviennent de petits bateaux de Zeebrugge ou du Guilvinec, tandis que les viandes arrivent entières, en carcasses, pour garantir une qualité inégalée. Asperges croquantes de Jurbise, jets de houblon de chez Bénédikte Coutigny, canettes savoureuses des Dombes, poulets de Bresse... Chaque ingrédient trouve sa place dans une partition gastronomique exigeante et inspirée.

Loin des effets de mode, Éric Fernez cuisine avec une conviction inébranlable : le goût avant tout. Ses assiettes sont une ode à la justesse des cuissons, à la précision des saveurs et à l'onctuosité des sauces, lisses et brillantes, qui viennent sublimer chaque plat avec une générosité rare.

L'héritage d'une passion familiale

Derrière ce parcours étoilé, une histoire d'enfance et de transmission. C'est dans la cuisine de sa grand-mère Eugénie, à Quaregnon, que Éric Fernez forge son amour du bien-manger. Une passion qui ne l'a jamais quitté. Éric Fernez est également le chef propriétaire de la Brasserie Le Faitout, reconnue « Brasserie de l'année » en 2015 par Gault & Millau, et du Café brasserie La Marelle, à Blaregnies, deux maisons que dirige sa fille Émilie. Ce café et cette brasserie ont été récompensés par un bib gourmand chez Michelin. Eric Fernez est également un passionné de vins et des bières. Ses différentes maisons affichent une carte exceptionnelle de vins. Sa carte de vins a d'ailleurs été élue « Carte de l'année » en 2013 par Gault & Millau.

La brasserie le faitout et le café La Marelle.

Avec un souci constant d'excellence, il préserve les traditions culinaires qui ont bercé son enfance. De la croquette de crevettes à la bouchée à la reine, du lapin aux pruneaux à la sole meunière, en passant par les macarons d'antan, chaque plat est un fragment de mémoire gustative, sublimé par un savoir-faire acquis au fil des années.

Une cuisine de caractère, entre tradition et modernité

Si l'on devait définir la cuisine de Éric Fernez en une phrase, ce serait sans doute celle-ci : « Le goût n'est pas dans la sophistication. » Ici, le beurre donne le ton, les jus et sauces racontent une histoire, et les mijotages prolongés révèlent toute la profondeur des saveurs. Longtemps critiquée par certains adeptes d'une cuisine déstructurée et minimaliste, sa vision du goût s'est imposée avec le temps, jusqu'à faire de lui le

Chef de l'année Gault & Millau 2018 et l'artisan cuisinier de l'année 2023.



Sa signature ? Une carte qui fait la part belle aux grands classiques revisités, comme son steak «à la belge», souvenir familial sublimé, ou encore une paella revisitée selon une recette d'ami espagnol. Le tout accompagné d'une sélection de vins exceptionnels, récompensée par le prix de Carte de l'Année Gault & Millau en 2013.

Un premier livre comme une invitation

C'est cette philosophie, cet amour du bon et du partage, que le chef étoilé a décidé de coucher sur le papier.

Son premier ouvrage, «Ma Vie à Table», est une immersion dans son parcours culinaire, depuis les repas familiaux de son enfance jusqu'à sa cuisine de brasserie. Au fil des pages, Éric Fernez dévoile plus de 120 recettes, avec des conseils et astuces pour réussir à coup sûr une croquette de volaille, un homard Thermidor, une terrine familiale ou encore une crêpe Suzette flambée avec panache Il dévoile ses recettes, données en détail, avec astuces et conseils. Comme sa croquette de crevettes. En effet, le Faitout est célèbre pour des croquettes mais aussi ou encore sa bouchée à la reine ; comme les croustillons ou la terrine de sa grand-mère, comme les boulettes du Faitout, sa sole meunière, ou encore son lapin aux pruneaux et son coq au vin, sa choucroute « à la belge » ou la tarte aux groseilles vertes de son frère Patrick.

Un second tome est déjà en préparation, consacré cette fois à sa cuisine gastronomique et à l'ascension de son restaurant vers l'excellence étoilée. Un ouvrage attendu, qui promet de révéler les coulisses de la création de plats d'exception.

Une table, un art de vivre

Que l'on pousse la porte de D'Eugénie à Émilie, du Faitout ou de La Marelle, une chose est sûre : on entre dans un univers où l'hospitalité est reine. L'accueil chaleureux, le service attentionné et l'amour du métier transparaissent à chaque instant.

Chez Éric Fernez, la table est plus qu'un lieu de restauration : c'est une émotion, un moment de partage, une expérience ancrée dans l'essentiel. Une invitation à redécouvrir, avec gourmandise et sincérité, le meilleur de la cuisine à la belge.

SH-OP éditions, 424 pp., 35 €.

Articles réalisés par Michel Jonet



A nos côtés, vous pouvez bénéficier des services suivants

1. La valorisation et la recommandation des produits alimentaires de qualité, du matériel culinaire, des produits non alimentaires.
2. La qualité au niveau de la formation continue du personnel alimentaire (cuisine, entretien, logistique, administratif et direction département hôtelier).
3. La promotion de tous les produits régionaux francophones nationaux et européens en organisant des actions ou des manifestations destinées à les faire connaître davantage et d'en faciliter la vente, dans et à l'extérieur de nos frontières.
4. La valorisation des produits locaux, de proximité et leur introduction dans les appels d'offres en respectant strictement la législation en vigueur.
5. Création des cycles de repas saisonniers avec en parallèle un budget précis annuel.
6. Modules d'organisation de méthodologie H.A.C.C.P. par rapport aux impositions et règles de l'AFSCA.
7. Aide précise à l'élaboration des cahiers des charges pour les fournitures et le matériel culinaire.
8. Analyse du bien-fondé du système de restauration choisi par rapport au contexte de chaque établissement.
9. La mise en avant de la notion de concept qualité aussi bien dans l'offre alimentaire que dans l'organisation technique logistique et en ressources humaines.
10. La participation aux plans d'implantation des cuisines collectives et des locaux y attenants.



SITE FCCWB



REFERENTIEL
2025

La FCCWB
se met dans l'actualité !

Nous vous invitons à scanner le premier QR Code pour visiter notre nouveau site internet contenant des vidéos, interviews, informations sur nos partenaires ainsi que les magazines GOUTEZ à télécharger.

Consultez, en scannant le deuxième QR Code, notre Référentiel 2025 innovant !

Si vous souhaitez un magazine imprimé et de le recevoir à une adresse précise, contactez-nous à federationfccwb@gmail.com
Envoi gratuit !



Volys 'Festival d'été'

Avec 'Festival d'été, Volys apporte une fois de plus l'inspiration pour transformer l'été en une expérience culinaire.

Boulettes de
dinde hachée

Lamelles
kebab

Chicken
Crusties

volys.be

Parrainages de soutien



Fondation chocolat
et sucre d'art



Ligue cardiologique
belge



Fondation contre
le cancer

Partenaires PLUS



Gyöngyi Horvath
0478 44 60 04
Gyoengyi.Horvath@winterhalter.be



Niek Van Steenkiste
0496/16.60.96
niek@meconv.be



Michaël Tondou
0491/92.60.04
m.tondou@realco.be



Serhat Oz
0474 10 14 07
serhat@alfiero.be



Marleen De Tant – De Meyer
09 360 83 48
marleen@allgro.be



Charlotte Slabbinck
0476 98 31 73
charlotte.slabbinck@ardo.com



Steve Dhoore
0477 54 43 32
steve@bestdeal.be



Riccardo Vacca
0475 42 00 76
r.vacca@bidfood.be



Charlotte Ramet
0473 60 70 97
charlotte.ramet@biowallonie.be



Jolien Goor
0477 56 49 45
jolien.goor@bonduelle.com



Pascal Clavier
0497 20 01 28
pascal.clavier@camal.be



Sylvain Detrembleur
0492 58 28 28
sylvain.detrembleur@carrygeron.be



Pascal Halleux
087 67 91 73
pascal.halleux@cafe-liegeois.com



Roland Hugenholtz
088 75 81 10
aanvragen@conpaxx.com



André Croufer
0497 57 11 49
andre.croufer@external.danone.com



Flavio Rizzo
0491 71 24 96
flavio@delizioso.eu



Kristel Steen
0496 59 18 21
kristel.steen@diversey.com



Kristel Steen
0496 59 18 21
kristel.steen@diversey.com



Christophe Borgillon
0493 55 60 55
christophe@dlsfood.com



Ludovic Maisin
0478 44 52 00
ludovic.maisin@duocatering.be



Philippe Preudhomme
0472 99 05 94
philippe.preudhomme@ecolab.com



Vincent Secheyaye
0476 55 77 32
vincent@erm-project.eu



Aweis Samya
0474 26 12 80
samya.aweis@foodchainid.com



Nadia Cleuren
0498 11 17 28
nadia.cleuren@galler.com



Erwin Schöpoges
0497 90 45 47
schoepges.erwin@faircoop.be



Julien Di Cioccio
04 264 72 14
info@fidafruit.be



Serge Bortels
04 246 00 98
info@gbm.be



Olivier François
0476 91 58 30
olivierfrancois@gefra.be



Roberto Calla
0495 22 81 26
roberto.calla@gilson-horeca.be



Ingrid Luyckx
0473 93 94 84
ingrid.luyckx@greenyardfrozen.com



Carine Decroix
0475 27 65 89
cdecroix@groupe-bel.com



Olivier Cloquet
0475 63 65 21
olivier.cloquet@hobart.be



William Gerkens
0477 50 05 65
william@horeca-gerkens.com



Lorenzo Bongiovanni
081 22 41 64
lorenzo.bongiovanni@hygipanel.com



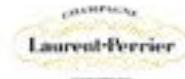
Philippe Otte
0476 40 50 37
p.otte@jjdelvaux.be



Olivier Magnée
0496 53 77 62
olivier_magnee@skynet.be



Cindy De keuster
014 40 40 40
cindy.dekeuster@kraftheinz.com



Axelle Andrien
0473 89 53 61
axelle.andrien@laurent-perrier.be



Ine Van Grieken
0479 66 51 00
ine_vangrieken@manna.be



Christelle Pitseys
04 220 99 88
christelle.pitseys@manpower.be



Hans Noyelle
0478 45 87 63
hans.noyelle@mowi.com



Yves Delaïresse
0477 42 81 03
yves.delaïresse@myriad.be



Massimo Ragatuso
0479 72 44 07
massimo.ragatuso@lantmannen.com



Tim Van Roy
0471 04 19 09
Tim.van.roy@pekakroef.com



Jean Pepinster
0478 20 63 03
info@pepinsterprimeurs.be



Amaury Ruffato
0498 71 51 56
ar@polymatbelgium.com



Costa De Oliveira
09 340 97 20
costa.deoliveira@q-food.be



Fabian Fremout
0498 16 20 46
F.Fremout@rational.be



Francis Renkin
0478 38 24 38
renkin@renkin.net



Luc Selder
04 368 78 87
info@seliac.be



vincent Luyckx
0478 54 80 39
v.luyckx@sabemaf.be



Frédéric Nikelmann
0495 26 87 79
frederik.nikelmann@sligro-ispc.be



Lyse Bauduin
0493 27 44 93
lyse.bauduin@mangerdemain.be



Ilse De Dobbeleer
0479 75 59 59
ilse.dedobbeleer@solucious.be



Dominique Mirguet
0491 27 57 10
dominique@starfresh-liege.be



Sébastien Desmet
0473 21 01 62
Sebastien.Desmet@sysco.com



Francis Plunus
0486 15 30 24
francis.plunus@trendyfoods.com



Sabine Troupin
0472 344 455
sabrina.troupin@terredefromages.be



Michel Renard
0498 58 63 77
michel.renard@unilever.com



Cyril Degee
0471 60 37 41
cyril.degee@unox.com



Valérie Blaise
0485 95 31 25
valerie.blaise@valorservicesgroup.be



Philippe Caps
0474 99 89 26
philippe.caps@vandemoortele.com



valentine monard
0478 78 06 02
valentine.monard@vanderzijpen.com



Alexandra Seleguinsky
0477 43 55 48
aselenguinsky@verstegen.be



Jean-François Woolf
0496 52 13 90
jf_woolf@viangro.be



Samantha Puspok
0473 36 37 97
samantha.puspok@volys.be



ENVIE DE NOUS REJOINDRE
POUR DEVENIR PARTENAIRE
DE LA FCCWB ?
SCANNEZ LE QR CODE
POUR CONNAÎTRE
LES CONDITIONS DE COTISATION



sabemaf
PROFESSIONAL KITCHENS

INGÉNIERIE ET RÉALISATION DE CUISINES PROFESSIONNELLES



Découvrez le savoir-faire de Sabemaf, votre partenaire de confiance depuis 1925.

De la conception à l'installation de cuisines et de comptoirs self-service sur mesure, de systèmes de distribution de repas, de lavage de la vaisselle ou de gestion des déchets organiques, nous sommes là pour répondre à tous vos besoins, avec expertise et fiabilité.



**PRÉPARATION
DES REPAS**



**DISTRIBUTION
DES REPAS**



**COMPTOIRS
SELF-SERVICE**



**LAVAGE DE
LA VAISSELLE**



**DÉCHETS
ORGANQUES**

Wavre, Zoning Wavre Nord,
Avenue Léonard de Vinci 13, B-1300 Wavre

T +32(0)10 47 12 12 F +32(0)10 47 12 24
E info@sabemaf.be W www.sabemaf.be

Erembodegem, Industriezone Zuid III,
Industrielaan 4, B-9320 Erembodegem

T +32(0)53 70 98 07 F +32(0)10 47 12 24
E info@sabemaf.be W www.sabemaf.be



sabemaf
PROFESSIONAL KITCHENS

