

LA CAGEOTERIE, DES PRODUITS FRAIS ET LOCAUX, MOINS D'EMBALLAGE ET DE GASPILLAGE (GIRONDE)

UN CONSTAT

Qui n'a jamais été à cours d'inspiration pour préparer le dîner ou cuisiner les restes de la veille ? Depuis quelques mois tous ces soucis sont de l'histoire ancienne grâce à La Cageoterie, une toute jeune association qui s'est donné pour défi de proposer des menus de saison simple à réaliser, qu'on soit chef cuisinier ou cordon bleu débutant. Installées rue du Mirail à Bordeaux, Claire et Sarah, les fondatrices de l'association, renouvellent chaque semaine les plats, de l'entrée au dessert.

Et les ingrédients ? Il n'est pas nécessaire de courir au supermarché, les deux jeunes femmes ont tout prévu : pour chaque recette, elles proposent un cageot contenant les produits nécessaires à la confection du plat.



Des recettes accompagnées des ingrédients pré dosés pour les réaliser

Concernée par les enjeux du gaspillage alimentaire et la production incessante de déchets dans nos sociétés modernes, l'association s'occupe de disposer les doses exactes dans les cageots. De cette façon, il n'y a pas de reste alimentaire susceptible d'être jeté à la poubelle, ni de condiment acheté pour une seule utilisation et attendant sagement sa date d'expiration sans se voir donner la chance d'être ré-utilisé.

L'idée du projet remonte à plusieurs années, alors que les deux amies sont tous les jours confrontées à la même question : comment varier les menus tout en limitant les restes et le gaspillage alimentaire ? Leur vient alors l'idée de créer un service de restauration pour répondre à ce besoin.

AVEC LE SOUTIEN DE :

UNE DÉMARCHE ÉQUILBRÉE

La fraîcheur des produits jouant un rôle décisif sur la qualité des futurs plats, aussi bien d'un point de vue nutritif que gustatif, Claire et Sarah ont décidé de se tourner vers des producteurs de la région pour remplir leurs cageots. Ainsi, l'approvisionnement en fruits et légumes est assurée par une coopérative de maraichers localisée à Eysines à quelques kilomètres de Bordeaux. Par ailleurs, l'association profite de la proximité avec le Marché des Capucins situés quelques rues plus loin pour favoriser une fois encore les circuits courts et les produits de saison.



En plus de se trouver dans l'assiette, l'équilibre est aussi dans le porte-monnaie ! Les cageots sont vendus à 5 euros pour les entrées et les desserts, et à partir de 8 euros pour les plats. Des options végétariennes sont proposées, et les inspirations sont diverses (cuisine Française, asiatique, orientale,...) ainsi, en s'adaptant à toutes les papilles La Cageoterie est sûre de satisfaire le plus grand nombre. Les temps de préparation sont indiqués et ne dépassent jamais 40 minutes.

Pour ce qui est des déchets, et surtout dans le souci de les minimiser, Claire et Sarah privilégient les produits en vrac et les bocaux réutilisables. Les jeunes femmes aspirent à réduire l'impact de leur activité sur l'environnement.

En ce qui concerne le gaspillage alimentaire, le système de pré-dosage permet de ne consommer que la quantité nécessaire, et les ingrédients peu communs ne sont plus gâchés dans les placards. Concrètement, en suivant la recette, aucune denrée alimentaire ne termine à la poubelle. Par ailleurs, les quantités sont évaluées pour constituer deux portions, ce qui permet

de ne pas acheter plus que ce dont on a besoin, et donc de limiter la tendance à la sur-consommation. Autre point important, les invendus ne sont pas perdus car ils sont donnés à la Ruche, un foyer pour les personnes mineures migrantes. Le foyer est installé dans le même quartier que le local de la Cageoterie.

