

Le Château de la Turmelière, engagé pour un développement durable, considère aujourd'hui la diversité et la complexité des enjeux alimentaires, au niveau :

- de la santé publique, de l'éducation à bien se nourrir, de la précarisation alimentaire des populations touchées par la crise ;
- des impasses des modes de production industriels, de leur impact sur les zones rurales, leur population, l'épuisement des ressources et la dégradation des écosystèmes ;
- de la nécessité de nourrir la planète et les générations futures dans le contexte d'une démographie en très forte croissance ;
- des pratiques qui tendent à privatiser les espèces et le vivant, à financiariser la sphère alimentaire ;
- de la normalisation des pratiques, de la standardisation des goûts.

La Turmelière s'engage à décliner son projet alimentation durable à travers 4 axes pour favoriser des pratiques alimentaires qui visent à nourrir les êtres humains en qualité et en quantité suffisante, aujourd'hui et demain, dans le respect de l'environnement de la biodiversité, en étant accessible économiquement et rémunératrice sur l'ensemble de la chaîne alimentaire (définition promue par l'ADEME).



© Dominique Drouet

Conception graphique : catgraphisme.com / Ne pas jeter sur la voie publique

CHÂTEAU 
DE LA TURMELIÈRE
sports • nature • culture



EU Ecolabel : FR/051/451

PROJET ALIMENTATION DURABLE
À DESTINATION DES GROUPES D'ADULTES

**De la fourche à la fourchette,
de l'assiette à la Terre**

Association La Turmelière
Château de la Turmelière – Liré
49530 Orée d'Anjou
02 40 09 15 16
assoturmeliere@laligue44.org
www.turmeliere.org





© Naomi Albert

1. LE CHOIX DES MENUS

- Envoyer les menus avant le séjour.
- Cuisine engagée, authentique, gourmande et généreuse pour favoriser le plaisir de manger et donner envie de goûter.
- Cuisine locale et de saison, privilégiant les produits biologiques. Les menus seront adaptés en fonction des approvisionnements.
- Donner la possibilité de fêter son anniversaire en proposant un gâteau.
- Limiter la consommation de protéines animales (viandes et poissons) le soir en valorisant la protéine végétale (légumineuses) tout en proposant des plats gourmands et savoureux.
- Proposer des menus de substitution (sans porc, végétarien...).
- Respecter l'équilibre nutritionnel adapté aux différents convives (âge, sportifs ou non...) tout en portant une attention particulière à la composition des menus pour une alimentation saine et équilibrée.
- Refuser de servir des repas avec de la viande Hallal, Casher ou autres aliments impliquant la rétribution de ministres du culte sur le principe de la laïcité.
- Répondre aux demandes liées aux régimes alimentaires, information à nous communiquer au plus tard à J-12 en amont du séjour.

2. L'ORIGINE DES PRODUITS (QUALITÉ ET DIVERSITÉ)

- Respecter la saisonnalité des produits frais : fruits et légumes.
- Proposer du jus de pomme bio et local plutôt que du jus d'orange.
- Limiter au strict minimum le conditionnement en dose individuelle.
- Augmenter la part des produits locaux issus de circuits courts (dont certains labellisés : AB, label rouge LB) et établir avec les fournisseurs locaux des relations sociales et économiques durables.
- Introduire progressivement des produits issus de l'Agriculture Biologique et autres labels.


À ce jour : pain, pomme, poire, fromage de chèvre, viande de porc, viande bœuf, viande de veau, charcuterie, yaourt nature, fromage blanc, crème dessert, crème fraîche, lait, brioche, confiture, légumes, œufs, jus de pomme...

À ce jour : pain, pomme, poire, fromage de chèvre, viande de porc, viande bœuf, viande de veau, charcuterie, yaourt nature, fromage blanc, crème dessert, crème fraîche, lait, brioche, confiture, légumes, œufs, jus de pomme...

Les Ecosolies – NANTES
Séminaire du 12 au 13 janvier 2023


Jeudi – DÉJEUNER
Salle Du Bellay

- Wrap's aux crudités 🌱
- Poisson du jour accompagné d'un 🌱
- Riz de légumes et de riz 🌱
- Fromage 🌱
- Crème au caramel 🌱



Jeudi – DÎNER
Salle Du Bellay

- Potage et crêpons maison 🌱
- Crumble aux légumes de saison 🌱
- Tartellettes aux pommes* 🌱



Vendredi – DÉJEUNER
Salle Du Bellay

- Salade de céréales à l'indienne 🌱
- Mijote végétal accompagné de sa 🌱
- semoule parfumée 🌱
- Fromage 🌱
- Mousse au chocolat 🌱

CHATELAIN
QUALITÉ
BIEN
ÉQUILIBRÉE

AB
Agriculture
Biologique

Label
Rouge

Sans réserve d'avenches
modifications du chef de cuisine.

🌱 Végétarien
🌱 Produits bio*

🍷 Gluten
🥛 Lait
🥚 Œuf



© Dominique Drouet

3. LA TRANSFORMATION DES PRODUITS

- Produire une majorité de plats labellisés « Fait Maison ».
- Les soins apportés à la transformation et cuisson des produits permettent de conserver leurs qualités gustatives (favoriser des cuissons douces).
- Rien ne se perd, tout se transforme (réutilisation des épluchures pour des bouillons, compostage, pesée des déchets).
- Utiliser des épices et aromates variés pour faire découvrir différentes saveurs.
- Utiliser des huiles de qualité (olive, colza, tournesol, noix) : AB ou producteurs locaux.
- Innover et diversifier les plats produits quotidiennement : légumes oubliés, inspiration des cuisines de pays étrangers, mélange inattendu d'aliments.

« Fait Maison » : plats cuisinés entièrement sur place (entrées, plats, desserts) à partir de produits bruts ou de produits traditionnels de cuisine valorisant le métier de cuisinier.

Exemple du chou-fleur : les brins pour le gratin, le cœur pour le potage et les feuilles pour le bouillon.

- Proposer des pique-niques tendant vers le zéro déchet (contenants réutilisables ou biodégradables).
- Favoriser le juste point de cuisson (viandes, poissons, céréales...) permet une valorisation des produits.

4. LE TEMPS DU REPAS

- Servir les repas « au plat » et non à « l'assiette » pour réduire le gaspillage alimentaire : chacun se sert ce qu'il pourra manger.
- Mettre les assaisonnements et le pain sur la table.
- Afficher les menus annoncés en début de repas.
- Rencontre du chef de cuisine ou de la seconde de cuisine.



© Dominique Drouet