

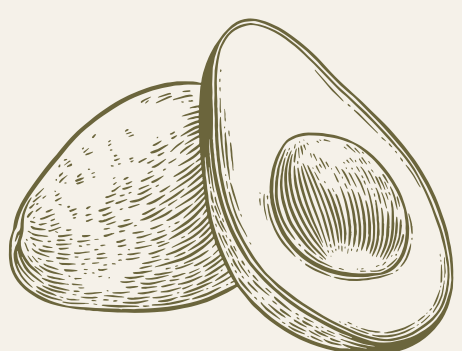


UNE VIVE ENVIE D'ENDIVE ?

Atelier de sensibilisation aux Restos du Coeur

Thomine Rémy et Laura Genevois

INITIATIVE RÉALISÉE LE 25/02/2025 AUX
RESTOS DU COEUR DE CRÉTEIL



Le 25 février 2025, deux volontaires en service civique se sont rendus aux Restos du Cœur de Créteil pour un atelier de sensibilisation sur l'alimentation "saine" et variée. Cette initiative consistait à faire découvrir aux bénéficiaires l'endive, un légume oublié et même inconnu par certains, de façon innovante.

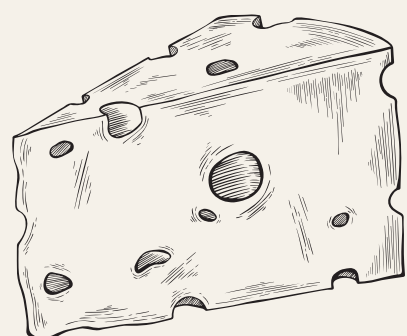
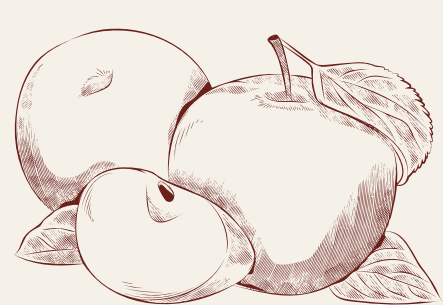


Cette initiative a vu le jour grâce à Bruno Barbot, responsable des Restos du Cœur de Créteil, s'étant rendu compte de l'impopularité de certains légumes auprès des bénéficiaires, comme les endives, ces derniers priorisant les plus connus comme les carottes et les pommes de terre. En effet, celles-ci font, a priori, partie des moins appréciées, restant bien souvent nombreuses dans leur cagette à la fin des distributions des mardi et jeudi.



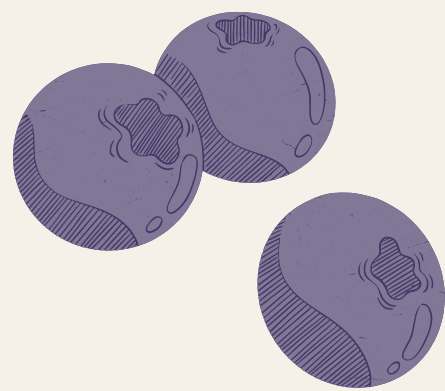
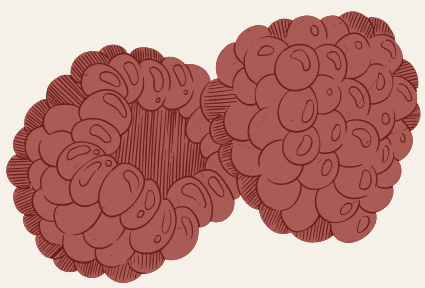


C'est au cours de ces matinées que nous avons eu l'occasion, dans un premier temps, de participer à la distribution de livres de recettes (écrits par les Restos du Cœur eux-mêmes) dans l'idée d'initier les bénéficiaires intéressés à de nouvelles façons de cuisiner les légumes. Après la réussite de cette démarche, c'est lors d'un échange avec Bruno que l'idée nous est venue de concevoir un atelier de dégustation en proposant une recette visant à faire valoir les qualités gustatives de l'endive, le but étant d'inciter les personnes intéressées à la reproduire chez eux.



Nous avons choisi de relever le goût de ce légume en le combinant avec deux autres aliments : la pomme pour une saveur plus sucrée, et le fromage pour un goût plus doux en bouche. C'est donc lors de la distribution du 25 février que nous avons pu proposer un plateau rempli de feuilles d'endives que nous avons agrémenté de lamelles de pommes et de morceaux de fromages.





Même avec la réticence de certains, la plupart des bénéficiaires (et même les bénévoles) étaient enthousiastes à l'idée de goûter notre recette.

D'après les retours et réactions que nous avons reçu, on peut dire fièrement que l'expérience fut un succès auprès des gens qui ont, pour la grande majorité, beaucoup aimé la proposition !

Grâce à cet atelier, de nombreux bénéficiaires ont découvert l'endive et on peut espérer que ces dernières ne seront plus seules dans leur cagette après chaque distribution.



Merci de nous avoir lues !
:)

