

Dans la presse du 18 février 2012

- Le lycée - Dans la presse - Archives -



Date de mise en ligne : dimanche 19 février 2012

Copyright © Lycée des Métiers de l'Hôtellerie et des Services Jules Le Cesne -

Le Havre - Tous droits réservés

Les bons conseils pour manger sain et équilibré au Havre

[cuisine2.jpg]

Qu'est-ce que le bien manger ? Vaste question. Le sujet passionne. Et parce que la société et l'économie sont au coeur de ces débats, la politique s'en empare aussi. Le Conseil régional, notamment, défend la filière courte et normande à l'intérieur de son tout récent dispositif Agriculture et Nutrition 276. Autre instance de réflexion et d'action, l'Irqua (Institut Régional de la Qualité Agroalimentaire) de Normandie. Depuis sept ans, cette association promeut les bons produits de Normandie à l'intérieur d'une alimentation saine et équilibrée. Son engagement se déclinait jeudi, au lycée Jules Leceste du Havre où rencontres et conférences toutes liées à la thématique « Bien manger en Normandie » étaient proposées aux élèves mais aussi aux chefs de cuisine des établissements. « Car pour sensibiliser la jeunesse aux principes d'une bonne alimentation, il faut aussi aider et accompagner les cuisiniers des cantines scolaires qui sont souvent seuls dans leur coin. », remarquait l'une des intervenantes.

En cuisine, les esprits s'échauffaient, les poêles rougissaient. La finale du concours régional « Bien manger en Normandie » s'achevait. En lice, dans la catégorie élèves de lycées hôteliers, des Havrais et des Granvillais. « Et parce cette jeunesse est de culture nomade, nous leur avons demandé de préparer un repas équilibré et à emporter », expliquait Stéphanie Mongin, de l'IRQUA.

Cet exercice du bien manger ne s'installait pas forcément sur le terrain du manger bio, mais permettait l'inscription dans la tête des futurs cuisiniers de l'importance des notions d'équilibre alimentaire, d'apport calorique en même temps que la nécessité de la maîtrise du coût de leur repas. Là est la bonne recette.

K.Lebrun