

Couëron table sur ses cantines pour végétaliser les assiettes des enfants

« Qui veut du mijoté de pois cassé, citron et carottes ? » Anissa, 9 ans, n'hésite pas une seconde, contrairement à sa copine Rozenn. « En plat végété, j'aime que les nouilles à la sauce soja et le chocolat », rigole la fillette. À l'école Louise-Michel, comme dans les 13 restaurants scolaires de la Ville de Couëron, les agents qui encadrent la pause du midi savent que réduire les protéines animales et augmenter le végétal est un exercice de patience.

Êveiller la gourmandise

« De 3 à 10 ans, les enfants ont une sensibilité accrue aux textures, aux odeurs... mais c'est aussi l'âge où on peut leur faire découvrir beaucoup de choses et instaurer des habitudes durables », explique Marie Le Cadre, diététicienne responsable de la restauration et de l'entretien des écoles de Couëron. Pour lever les blocages, l'équipe avance pas à pas. « Certaines recettes ne plaisent pas tout de suite, on teste, on adapte, précise Joy Drouard, responsable du service restauration à l'école Louise-Michel. On ne force jamais, on les invite à goûter le maximum de choses. » Trois îlots ont remplacé la longue ligne de self à Louise-Michel. Les enfants s'y servent eux-mêmes. Des livres sur les aliments sont à leur disposition, ainsi qu'une vitrine pour observer les légumineuses servies dans les assiettes.

Plus de légumineuses, de bio et de local

Soutenues par la Métropole, trois communes, dont Couëron, collaborent actuellement avec l'École de design pour rendre la consommation des légumineuses encore plus gourmande et ludique. Ajout de toppings croquants, recettes d'anniversaire à refaire à la maison... Les cantines vont étudier les idées des étudiants de près. Mais déjà, la ville fait partie des (très) bons élèves. Les cuisiniers proposent un à deux repas végétariens hebdomadaires pour tous, et tous les



Couëron

Superficie :
44 km², dont
70 % d'espaces
naturels et
agricoles

Maire :
Carole
Grelaud (PS)

Population :
23 057 Couëron
naises et
Couëronnais

Site web :
ville-coueron.fr

jours pour les enfants qui le souhaitent. Reconnue « Territoire bio engagé », avec une surface de production orientée à près de 40 % en bio, la commune la plus agricole de la métropole a dans le même temps fortement augmenté la qualité de ses cantines : 64 % de produits durables et sous signe qualité (Label rouge, AOC, etc.), dont 26 % en bio. Un résultat bien au-dessus de la moyenne. En 2024, seules 18 % des communes françaises respectaient la loi Egalim¹ qui impose un repas végétarien par semaine et 50 % de produits durables (dont 20 % de bio).

Dans ce tableau, les communes de la métropole nantaise sont globalement bien notées, avec une moyenne de 49 % de produits durables, dont plus de 27 % en bio², en nette progression depuis 2020. La Métropole les accompagne pour aller encore plus loin dans l'utilisation des produits locaux (lire p.15). Anissa et Rozenn ont bien compris l'enjeu : « Les fruits et légumes qui ne font pas un long voyage utilisent moins de pétrole et ne réchauffent pas la planète ! »

1. Source : enquête de l'Association des maires de France, juin 2024



© Céline Jacq

EN PRATIQUE Où se renseigner et s'approvisionner ?



JEUDI SOIR

Marché de la caserne
(place du 51^e Régiment-
d'Artillerie, Nantes).

15 stands de producteurs locaux, avec espace de dégustation.

+ les-bouillonnantes.com

20 MARS AU 20 JUIN

Printemps à la ferme :
visites, cueillettes,
dégustations, marchés
fermiers, etc., dans une
trentaine d'exploitations
de la région.

+ bienvenue-a-la-ferme.com

16 AU 18 MAI

48 h de l'agriculture urbaine : ateliers,
visites, banquets, ciné-débats, concerts,
etc., mettent en lumière, dans une dizaine
de communes, les solutions locales pour
cultiver et s'alimenter durablement, à
l'initiative de la Maison des agricultures et
de l'alimentation durable.

+ les48h.com/villes/nantes/