



Brigades culinaires, pour éviter le gaspillage



Le risotto « Touski »

Un atelier sous le signe de la planification. Notre société gaspille trop de nourriture. Le chef Sébastien nous a entretenus sur les stratégies gagnantes pour éviter la perte d'aliments. Pour que la nourriture prenne le chemin de l'assiette au lieu de celui de la poubelle, voici quelques pistes : faire un plan des repas de la semaine, faire les courses le ventre plein, se limiter à ce que nous avons besoin pour nos recettes. Ces façons de faire nous permettent de tirer le maximum de nos achats sans gaspiller inutilement des aliments qui étaient propres à la consommation initialement.



La recette de cette semaine nous montre comment utiliser les ingrédients inutilisés dans le frigo. : Le risotto, un classique de la cuisine italienne. C'est un met très versatile qui permet d'utiliser presque tout ce qui reste dans le frigo. La plupart de nos cuistots apprivoisaient ce met pour la première fois. Ils ont accompli cet atelier avec le brio qu'on leur connaît.



Dans cet atelier, le risotto s'est composé d'asperges et de brocoli. L'exécution, les présentations et le goût de chacune des recettes de nos quatre équipes ont impressionné les accompagnateurs. Chacun y est allé de textures et d'assaisonnements variés.



Une soirée encore teintée de camaraderie et d'échanges. Les équipes ont fait déguster leur plat aux autres brigades, ils ont même échangé le fruit de leur travail afin de poursuivre la dégustation.

La soirée s'est conclue avec l'amorce du prochain défi. Chacune des équipes a choisi un pays duquel elle s'inspirera pour la semaine multiculturelle. De belles découvertes en perspective, autant pour les jeunes que pour les accompagnateurs.



Source : Marie-Josée Gadbois, accompagnatrice