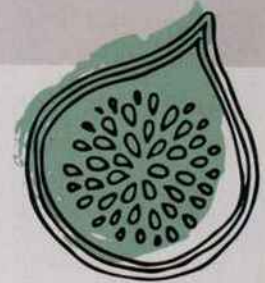




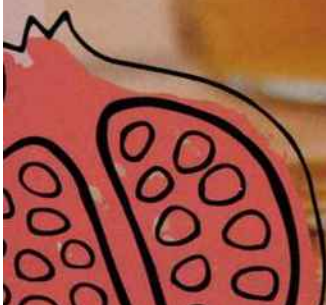
L'ACTU FOOD

Septembre-octobre 2020

La cuisine saine et gourmande se fait une place de plus en plus grande dans nos assiettes et dans notre quotidien. Quoi de neuf en ce moment sur la planète healthy ? On a sélectionné pour vous les infos à ne pas rater cet automne...



1 *Ils entrent dans le dico !*
Ça y est, c'est officiel, le dictionnaire français s'enrichira en 2021 de tous ces aliments dont on parle depuis quelque temps : dahl, kombucha, halloumi, mochi... et même veggie !





2 À NE PAS MANQUER

Du 28 septembre au 3 octobre

Les journées du café

Organisées par le Collectif café, leur édition 2020 réunit torréfacteurs, importateurs, baristas ou encore coffee shops pour mieux connaître cette filière. Cette année, elles seront placées sous des valeurs fondamentales : durabilité, traçabilité et écoresponsabilité. Plus d'infos sur collectifcafe.fr pour savoir ce qui se déroulera près de chez vous ! Il y aura aussi beaucoup de rendez-vous en ligne et en live sur les réseaux sociaux.



4 ON A TESTÉ POUR VOUS... L'application Siga pour apprendre à manger vrai

Qu'est-ce que c'est ?

Une application mobile qui permet de savoir si ses aliments achetés en supermarché sont bons pour la santé !

Comment ça marche ?

On scanne le produit avec son code-barres et on découvre le nombre d'aliments ultra-transformés qu'il contient, le nombre d'additifs et, surtout, s'il est considéré comme équilibré ou s'il est par exemple à limiter.

Le plus ?

Un produit peut être transformé mais tout de même jugé équilibré par l'application, même s'il est recommandé de limiter sa consommation : l'idée est de ne pas diaboliser les produits industriels. D'ailleurs, Siga a décidé de donner des médailles aux meilleurs produits et non de cibler les mauvais élèves !

Notre verdict ?

Pratique et simple à utiliser ! On a aimé le fait que beaucoup d'aliments soient répertoriés et que l'on ne soit pas obligé de scanner le produit pour le connaître mieux : on peut le rechercher (même avant de faire ses courses !) et comparer différents produits pour faire son choix.

Application disponible gratuitement sur [Apple Store](#) et [Google Play](#).

L'info en + : 70 % des Français se disent aujourd'hui mal informés (voire pas du tout) sur les « aliments ultra-transformés » (sondage Ifop pour Siga) et 68 % des Français ne sont tout simplement pas informés des effets délétères des aliments ultra-transformés sur la santé (cancer, obésité, dépression, etc.).



3

Nos astuces pour recycler son marc de café

De retour au travail et à la routine, nombreux sont ceux qui se remettent au café... Alors, pour ne pas polluer la planète, on le réutilise !



On en fait un gommage pour le corps.



On l'utilise (une fois sec) comme désodorisant en le plaçant dans un bol.



On en fait de la peinture naturelle (en le mélangeant avec un peu d'eau !).



On l'utilise (une fois sec) comme engrais au pied de ses plantes (en plus, il éloigne les chats des fleurs, notamment en intérieur !).



L'ACTU FOOD




LES SECRETS DE... Grillon d'Or

1. C'est en 1989 que Grillon d'Or démarre son aventure bio gourmande. Gérard Le Goff, agriculteur bio breton, produit ses premières céréales bio dans son four à bois à Domagné (Ile-et-Vilaine, 35). C'est la naissance des premiers mueslis bio de l'entreprise !

2. Chaque soir après la production, un chant de grillon résonnait de l'intérieur du four. Ceci dura plusieurs semaines et inspira le fondateur pour le nom de la marque : Grillon d'Or, le début d'une grande aventure !

3. Chez Grillon d'Or, ils utilisent des céréales complètes (blé, avoine, orge, seigle, épeautre) pour la fabrication des flocons et des produits extrudés. Beaucoup d'éléments nutritifs sont présents dans cette précieuse enveloppe (notamment des fibres alimentaires) qu'ils ont choisi de conserver dans leurs produits. Aussi, bien que certains arômes ou autres additifs soient autorisés en agriculture biologique, ils s'interdisent de les utiliser pour préserver au maximum l'authenticité et la qualité.

4. Aujourd'hui, Grillon d'Or crée et fabrique ses produits sur ses trois sites de production basés dans le Grand Ouest de la France (Domagné, 35 ; Bricquebec, 50 ; Mazières-en-Gâtine, 79) et emploie près de 185 personnes.

5. Ces céréales sont conçues grâce à des producteurs bio, avec qui la marque a construit des filières respectueuses de l'environnement. Chaque

ingrédient est rigoureusement sélectionné pour obtenir des recettes qualitatives, gourmandes et bonnes pour la santé sur le plan nutritionnel.

6. Aujourd'hui, la marque a étendu son expertise céréalière et régale désormais les gourmands toute la journée, du petit déjeuner à l'apéro avec plus de 100 références (mueslis floconneux, mueslis croustillants, céréales pour enfants, flakes, flocons, biscuits petit déjeuner, tartines, soufflés et biscuits apéritifs...).

7. Depuis 2015, la société est d'ailleurs certifiée BioEntrepriseDurable. Cette démarche lui permet de valoriser ses efforts en tant qu'entreprise engagée dans l'agriculture biologique et de répondre d'une part aux exigences réglementaires croissantes et d'autre part aux attentes des consommateurs et de la société en matière d'environnement, de santé et de pratiques sociales.

8. 100 % bio, naturelle, résolument gourmande, la marque est uniquement présente en magasins bio. Elle est aussi très active sur les réseaux sociaux, notamment sur Instagram, avec des posts



pleins d'humour et des idées recettes !

9. En 2020, Grillon d'Or a décidé de relooker ses emballages, avec un design plus moderne et joyeux, laissant la part belle à la gourmandise pour faire plaisir aux « Epicurieux » (association d'« épi » faisant écho à l'origine des céréales et de « curieux »).

10. Tous les ans, la marque propose de nouvelles recettes en adéquation avec les envies des consommateurs : sans gluten, sans sucres ajoutés, etc. D'ailleurs, elle a été récompensée 11 fois en 5 ans par la distinction « Meilleur Produit Bio » ●

