

# gout.ch

Le Magazine de  
la Semaine suisse du Goût®  
N° 13 – 2023

**Pierrot Ayer**  
Parrain de la Semaine  
du Goût 2023

**Fribourg**  
Ville du Goût 2023

**AOP-IGP**  
Une protection officielle



  
LA SEMAINE DU GOÛT

un événement de

  
FONDATION  
POUR LA PROMOTION DU  
GOÛT

ALIMENTATION ET DURABILITÉ

# Le programme de l'EPFL porte ses fruits

En 2020, au début de la pandémie de Covid-19, l'EPFL lançait sa Stratégie 20/30 pour une alimentation plus durable, fruit d'une réflexion profonde sur les enjeux climatiques liés à notre alimentation. Partant du constat que 25 à 30% des émissions totales de gaz à effet de serre sont attribuables au système alimentaire, et que le gaspillage des denrées représente également un tiers de la production alimentaire mondiale, l'EPFL a repensé totalement son modèle de restauration. Trois ans plus tard, la machine est bien en marche. Les six prestataires présents sur le site sont chargés d'appliquer la stratégie au quotidien dans les établissements qu'ils gèrent. Origine des produits, gaspillage alimentaire, équilibre nutritionnel, bilan carbone, gestion de l'énergie et des fluides, offre végétarienne... Tout est passé au peigne fin pour un monde plus durable.

**V**ous aurez beau chercher. Des asperges, des fraises ou des cerises en janvier, vous ne risquez pas d'en trouver dans les points de restauration de l'EPFL. Pas non plus de volaille du Brésil, de viandes d'origine étrangère, d'huile de palme, de glutamate, ou de poissons non labellisés.

Entamée en 2020, la mue de la restauration de la haute école est en place. La proportion de mets végétariens consommés sur site est passée de 5% en 2019, à 56% en début 2023. Si l'objectif de 80% en 2030 n'est pas encore atteint, force est de constater que cette offre séduit, avec pour corollaire une nette réduction de l'empreinte carbone au kg de nourriture. « Nous sommes passés de 6,1 kg de CO<sub>2</sub> au kg à 4,7 kg en 2022, soit une réduction de 23% par kg de marchandise acheté », se réjouit Bruno Rossignol, responsable de la restauration et des commerces de tous les sites de la grande école. Le chemin vers les 2,5 kg préconisés en 2030 semble encore bien long. Ce d'autant plus que la population à nourrir sur le site de l'EPFL ne cesse de croître. Elle devrait se situer à quelque 30 000 âmes en 2040 contre 17 700 aujourd'hui. « Si tous les restaurants sont végétariens, nous devrions y arriver sans problème », analyse Bruno Rossignol qui en veut pour preuve le bilan carbone de 2,2 kg de CO<sub>2</sub> du restaurant Native, qui sert exclusivement de la nourriture végétarienne.

Alors tous véganes et végétariens dans la décennie à venir à l'EPFL? « La viande est une question épineuse. Au-delà de son empreinte environnementale, nous nous devons de réduire notre consommation pour des raisons de santé. En consommant uniquement de la protéine animale suisse, avec un accent particulier sur la volaille et le porc, nous faisons déjà une grande partie du chemin », argumente Bruno Rossignol. Et d'ajouter que chaque menu est passé à la loupe de nutriMenu qui veille à l'équilibre alimentaire du contenu des assiettes. Les convives peuvent se resservir à volonté gratuitement de tout, sauf des protéines animales.

Au-delà de la viande, une marge de progression existe vers plus de durabilité, notamment en réduisant drastiquement le gaspillage alimentaire, qui ne devrait pas dépasser 7 g par assiette en 2030, (contre 21 g aujourd'hui), en mettant l'accent sur des produits frais, de saison, issus de l'agriculture suisse. En diminuant encore les aliments congelés qui ont déjà été réduits de deux tiers.

### Un suivi strict

Les restaurateurs font l'objet d'un suivi strict afin de valider leurs progrès en lien avec les objectifs fixés en 2020. Tout est analysé, notamment avec le soutien actif de l'équipe de Beelong, un indicateur permettant d'évaluer l'impact environnemental d'un aliment, d'un plat, ou de l'ensemble des achats alimentaires d'un restaurant. Objectifs : s'assurer que les achats mensuels de marchandises correspondent aux règles définies en termes de provenance, de labels et de respect des interdictions ; évaluer les déchets (surproduction cuisine) et les restes non consommés par les clients ; veiller à une utilisation parcimonieuse des fluides et de l'électricité. Deux audits inopinés par an et un bilan trimestriel esquissent les pistes d'amélioration pour chaque prestataire.

Quid de la rentabilité pour les restaurateurs? « Les résultats financiers sont au rendez-vous. Le matériel, son entretien, sa rénovation et son amortissement sont à la charge de l'EPFL, ce qui leur libère une marge pour investir dans des achats plus locaux et bio. »

## Points principaux de la stratégie 2020-2030

- 50% des menus dans les points de restauration sont végétariens
- Abandon de la volaille du Brésil, de la production et de la vente de foie gras de canard et d'oie, des sauces, bouillons, soupes pouvant contenir du glutamate monosodique
- Obligation d'utiliser des œufs de poules élevées en plein air uniquement
- Les produits à base d'œufs sont élaborés avec des œufs de poules élevées au sol
- L'huile alimentaire à privilégier à froid et à chaud: colza/colza Holl, tournesol, noix, graines de lin, olive
- 0% de produit à base d'huile de palme
- 10% d'importations par avion maximum par année
- 30% d'importations par bateau maximum par année
- 50% de produits Suisse garantie ou IP-Suisse sur chaque ligne de menu
- Toutes les viandes doivent être suisses, inclus les viandes exotiques (type bisons, etc...)
- 50% des légumes sont frais et de saison sur chaque ligne de menu
- Utilisation obligatoire des récoltes des champs EPFL, selon le calendrier et action de RESCO
- Calendrier de saison fruits et légumes de l'EPFL à respecter
- Poisson de mer uniquement certifié MSC/ASC/Friend of the Sea
- Abandon des fruits et légumes sous serres chauffées
- Obligation de travail avec nutriMenu, Beelong, Kitro, Quantis/Eqlosion, Atella
- Utilisation de la vaisselle take away et petite restauration reCircle
- Un menu étudiant par point de restauration entre CHF 5.95 et CHF 8.10
- Tous les restaurants deviennent ovo-lacto végétariens une fois par semaine



Pour assurer la transition vers une alimentation moins carnée, l'EPFL organise 2 fois par an des cours de cuisine dispensés par la HILTL Academy et une représentante de nutriMenu. Un accent particulier est mis sur la cuisine végane et ovo-lacto-végétarienne équilibrée, au travers de différents types de cuisines du monde. Une trentaine de professionnels bénéficient de cette formation d'une journée entière chaque année. L'EPFL vérifie que les principes acquis soient bien appliqués dans leurs cuisines respectives.



## Vers un changement profond de notre alimentation

Le Sommet suisse sur le système alimentaire s'est tenu le 2 février à Berne. De quoi conforter l'EPFL dans sa stratégie à horizon 2030. Le constat du Comité scientifique Avenir Alimentaire Suisse, composé de 30 scientifiques d'institutions de premier plan, réuni à l'initiative du Sustainable Development Solutions Network Switzerland?

«Notre système alimentaire n'est pas durable. Pour préserver nos bases de vie et d'économie, une réorientation de l'ensemble de la chaîne de valeur est nécessaire.»

De fait, la Suisse s'écarte fortement des recommandations scientifiques en matière de nutrition avec une surconsommation de produits d'origine animale et une trop faible consommation d'aliments végétaux. Le Comité scientifique préconise une augmentation significative de la consommation de légumes

(250g/jour en 2030 et 360g/jour en 2040 par personne), un maintien de la consommation de fruits issus de la production locale et saisonnière (240g/jour), un accroissement et une diversification de la consommation de céréales complètes (230g/jour), de pommes de terre, de légumineuses et de noix; une réduction de la consommation de produits laitiers transformés (350 g/jour maximum en 2030 vs 619g en 2023), ainsi que le remplacement des produits laitiers par des alternatives végétales avec ajout de calcium.

La consommation de viande devrait aussi diminuer fortement (50 g/jour en 2030 ou 40g/jour en 2040 maximum vs 114g/jour en 2023). La consommation d'alcool et de boissons sucrées devrait diminuer drastiquement également. Quant au poisson, les Helvètes ne devraient pas en manger plus de 20g par jour et se contenter de 15g d'œuf.

# Le pari réussi du 100% VG

Chef de cuisine du restaurant Native, Rémy Tranchida ne s'attendait pas à un tel engouement pour son offre végétarienne. L'établissement a ouvert ses portes il y a près de 2 ans. De 30 couverts/jour en octobre 2021, ce ne sont pas moins de 400 qui étaient comptabilisés en caisse quotidiennement en février 2023. 90% des clients sont actifs sur le site de l'EPFL, dont une bonne moitié d'étudiants, et les ¼ ne sont pas végétariens.

Originaire du sud de la France, le chef a été éduqué aux protéines animales. C'est à la faveur d'une prise de conscience qu'il a entamé un véritable changement dans son alimentation. «Je me suis progressivement végétalisé. Aujourd'hui, je suis végane. J'en tire un grand bénéfice pour ma santé», constate-t-il.

Sa démarche en cuisine végétarienne, il l'a initiée préalablement dans le point de restauration qu'il gérait au Rolex Learning Center en abandonnant les fritures et en mettant l'accent sur le végétal avec des produits de saison et de proximité. Au Native, géré par SV Group, 2 cuisiniers et 1 aide de cuisine appréhendent les ingrédients servis le midi aux clients, qui ont le choix entre un buffet et un menu du jour. Les collaborateurs ont tous bénéficié de la formation de la HILTL Academy.

Le respect des saisons est non négociable. Les produits sont sourcés localement ou en Europe. Toutes les techniques sont utilisées comme la fermentation et la déshydratation. L'objectif zéro déchet est toujours présent. Les restes du plat du jour sont recyclés dans le buffet du lendemain. L'été, 150 kg de buffet sont consommés quotidiennement, sans aucune promotion, ni communication, grâce au bouche à oreille.

## Des achats bien pensés

Diminuer l'empreinte carbone en restauration passe bien évidemment par des achats bien pensés. Les objectifs à l'horizon 2030 fixés par l'EPFL incluent

une limitation drastique des importations, notamment par avion. Les produits suisses doivent impérativement être privilégiés. Ils doivent représenter 50% des achats en 2025 et 70% en 2030. Le groupe Novae gère 7 points de restauration sur le campus. Depuis plus de 10 ans, il travaille principalement avec des fournisseurs régionaux situés dans un rayon de 60 à 80 km, collabore étroitement avec quelque 140 partenaires, ce qui lui permet de déjà dépasser l'objectif de 50%, avec 55% de produits suisses au premier semestre 2022. Un accent tout particulier est mis sur la marque Vaud+ pour le boulgour et le snacking. Les volailles sont labellisées IP-Suisse. Pour ce qui est des viandes, l'entreprise réserve des bêtes entières auprès de producteurs régionaux sélectionnés de longue date et valorise tous les morceaux afin d'éviter le gaspillage alimentaire. Elle établit également des plans de cultures avec des maraîchers, transforme les surplus de production saisonniers et les fruits déclassés en raison du gel. Les légumineuses proviennent de Suisse et de France. Les produits plus exotiques font l'objet d'une attention particulière. Les mangues sont importées par bateau en saison; la filière espagnole est privilégiée et l'approvisionnement par bateau obligatoire; les avocats sont cultivés en Espagne ou au Portugal; les agrumes en Sicile, à Madère, et aux Açores dans des filières contrôlées. Le cabillaud, menacé en raison de la surpêche, a été banni des assiettes du restaurateur. Les contrats avec les fournisseurs sont négociés à l'année dans une démarche équitable afin d'assurer une stabilité des prix ainsi qu'un volume pour les fournisseurs. Les gérants des établissements ont l'obligation de se conformer à la liste des fournisseurs agréés.

## Maîtriser les déchets

Le gaspillage alimentaire représente 25 à 30% de la production alimentaire mondiale. C'est forte de ce constat que l'EPFL a imposé des règles drastiques à ses prestataires sur site qui se sont engagés à les respecter en signant une charte en 2020, à l'instar de Compass Group qui gère 6 points de restauration sur le campus. L'installation du système Kitro, qui capture et enregistre chaque aliment jeté, permet au restaurateur d'avoir une

bonne vision des pertes et de mettre en place des mesures pour les réduire drastiquement. Les produits les plus gaspillés sont les féculents, le pain et les légumes. Compass Group souhaite réduire ses déchets alimentaires de 50% d'ici à 2030. Comment y parvenir? En réajustant les portions avec nutriMenu – une application qui mesure les qualités nutritionnelles des repas – et en recyclant certains ingrédients dans des recettes créatives le lendemain... L'accent sur le végétarien, instauré par l'EPFL, a permis aussi de magnifier les légumes et de procurer une vraie expérience culinaire aux convives, avec, pour corollaire, moins de déchets.

À noter que les 6 établissements de Compass mettent également en vente les invendus du jour sur l'application Too Good To Go. Tous les paniers à sauver trouvent preneurs en quelques minutes.

Depuis 2017, Compass Group organise le Stop Food Waste Day, le dernier mercredi du mois d'avril.

---

[www.epfl.ch/campus](http://www.epfl.ch/campus)

---



**Barbara Aregger:**  
**«Voir briller les yeux  
des enfants est mon  
plaisir quotidien!»**

À Willisau (LU), la crèche Hurrlibus accueille les enfants dès trois mois, jusqu'à l'entrée à l'école infantine. Assistée de l'équipe d'encadrement, la cuisinière Barbara Aregger planifie et prépare ainsi journalièrement petit-déjeuner, déjeuner et goûter pour une vingtaine de petits et pour les huit collaborateurs de l'établissement, certifié Fourchette verte – Ama terra depuis 2021.

**SDG** Proposer des repas sains et équilibrés pour vos petits gourmands, c'est important?

**BA** Oui! En tant que cuisinière, je suis bien placée pour savoir que les personnes qui se nourrissent sainement maintiennent et améliorent leur bien-être, préviennent de nombreuses maladies et se sentent en forme et pleines de vitalité. Les fruits et les légumes, qui contiennent des fibres et des vitamines, doivent donc faire partie du menu quotidien.

**SDG** Avec le label Ama terra, la durabilité est aussi au cœur de votre engagement. Comment se concrétise-t-il au quotidien?

**BA** Cela commence à l'achat des denrées: privilégier les légumes et les fruits de saison produits localement et dans le respect de l'environnement, éviter les produits importés par avion ou aux emballages coûteux, renoncer aux plats transformés prêts à la consommation, ne pas prévoir systématiquement de viande... Comme j'habite la campagne, je peux en outre proposer souvent des produits frais de mon grand jardin potager,

mais aussi des volailles ou des poissons de la région.

**SDG** Le label vise aussi à transmettre aux enfants ces valeurs, ainsi que l'importance des moments de partage liés à l'alimentation...

**BA** Oui, c'est la raison pour laquelle les enfants sont impliqués dans la préparation du repas de midi et du goûter. Et dans le jardin de la crèche, nous avons aussi un parterre d'herbes aromatiques, un pommier et des baies, qu'on entretient et que l'on transforme avec eux. Cuisiner ensemble est amusant et permet non seulement de passer un bon moment, mais aussi d'établir une relation positive avec la nourriture. Et voir briller les yeux des enfants est mon plaisir quotidien!



**Olivier Privet:**  
**«À table, les enfants  
sont généralement  
ouverts et curieux»**

Cuisinier expérimenté, Olivier Privet est chef de cuisine pour la gastronomie scolaire de la ville de Fribourg. À ce titre, avec son équipe de 6 personnes, il élabore environ 2000 repas hebdomadaires, qu'il livre dans six unités d'accueil extrascolaires, quelque 200 à 250 repas étant en outre préparés directement sur deux sites scolaires. L'engagement de Fribourg en faveur d'une alimentation équilibrée, durable et locale a été formalisé l'an dernier par une certification Fourchette verte – Ama terra de ces établissements en sus du label Cuisinons notre région dépendant de Terroir Fribourg.

**SDG** Fournir chaque semaine plus de deux mille repas équilibrés et durables pour des enfants, on imagine que cela représente tout de même un défi conséquent à relever...

**OP** Faire goûter de tout aux enfants n'est pas toujours facile, mais c'est surtout la logistique qui représente une part importante de notre engagement. Les apports de protéines sont calculés pour chacun, en tenant compte en outre des intolérances ou allergies éventuelles, et en partant du principe qu'un aliment ne pouvant figurer au menu d'un enfant doit être systématiquement remplacé par un substitut à la valeur nutritionnelle équivalente. Et pour éviter le gaspillage, on évalue chaque jour avec précision ce qui est servi et ce qui revient en cuisine; le cas échéant, on tente d'autres recettes, d'autres modes de préparation, pour maintenir la variété tout en nous conformant à nos engagements.

**SDG** Quel retour recevez-vous de vos jeunes convives?

**OP** Nous procédons chaque jour à une enquête de satisfaction précise et formelle auprès d'eux, ainsi d'ailleurs qu'auprès des adultes. Et lorsque je passe faire mes livraisons, les enfants me disent très directement ce qu'ils ont apprécié ou au contraire ce qu'ils n'ont pas aimé! Je remarque d'ailleurs que les petits sont souvent plus ouverts et plus curieux que leurs camarades un peu plus âgés.

**SDG** Comment les aider à s'ouvrir à une alimentation saine et durable?

**OP** Nous proposons notamment des ateliers-découvertes par petits groupes, durant les vacances, pour qu'ils prennent conscience que l'on peut avoir du plaisir à cuisiner en respectant les valeurs de la nutrition et de la durabilité, et qu'ils constatent par eux-mêmes la provenance des aliments. Sur ce point, on a de la chance: Fribourg regorge de produits locaux de qualité, et la Ville nous soutient sans réserve pour améliorer en permanence cette dynamique.





# Charte de la Semaine suisse du Goût

LE GOÛT DES PRODUITS, QUI ONT UNE HISTOIRE À RACONTER, EST SOUVENT MÉCONNU. LA CUISINE S'INDUSTRIALISE TOUJOURS D'AVANTAGE. ON PREND DE MOINS EN MOINS DE TEMPS POUR SE NOURRIR ET ON MANGE TROP SOUVENT SEUL.



## Pourquoi une Semaine suisse du Goût?

### **PROMOUVOIR LE GOÛT ET LE PLAISIR DE MANGER**

Cette Semaine doit donner envie à chacun de faire des découvertes culinaires, de s'arrêter pour déguster, de s'interroger sur notre rapport à l'alimentation et nous rendre curieux quant à l'origine de notre nourriture. Elle doit nous rendre attentifs au fait que manger est un temps pour nous ressourcer et nous faire plaisir.

### **RÉUNIR LES ACTEURS DU GOÛT, CRÉER DES ÉCHANGES**

La Semaine permet de réunir ceux qui aiment manger, favorise les échanges entre les métiers de la bouche et doit donner envie de créer des liens avec toute la communauté de la nourriture.

### **SUSCITER L'ORGANISATION D'ÉVÉNEMENTS**

Cette Semaine veut encourager l'organisation d'événements qui mettent le plaisir du goût au cœur de nos assiettes et de nos verres. Elle valorise la convivialité autour de la table tout en mettant en avant des produits authentiques.



## Pour les humains, les animaux et la planète

La Semaine suisse du Goût a son «réseau des Villes du Goût» ont pour objectif de travailler au développement de systèmes alimentaires durables, inclusifs, résilients, sûrs et diversifiés.

Ces systèmes alimentaires doivent fournir des aliments sains et abordables à tous dans le respect des droits fondamentaux des humains et des animaux. Ils doivent minimiser le gaspillage alimentaire, préserver la biodiversité et la qualité des sols et de l'eau, contribuer substantiellement à la réduction des émissions de gaz à effet de serre et s'adapter au changement climatique. Ils doivent également reconnaître le rôle important joué par l'artisanat traditionnel et innovant du champ à la table.

→ Ces objectifs correspondent au Pacte de politique alimentaire urbaine de Milan (octobre 2015)



## Objectifs de la Semaine du Goût

### **AVEC SES ÉVÉNEMENTS DISSÉMINÉS SUR LE TERRITOIRE ET SON MAGAZINE, LA SEMAINE DU GOÛT EST UNE FÊTE NATIONALE JOYEUSE QUI PARTICIPE PLEINEMENT À:**

- Valoriser la diversité des goûts et des cultures alimentaires présents dans notre pays
- Préserver la tradition et encourager l'innovation culinaire
- Mettre en valeur le savoir-faire artisanal
- Encourager les productions locales et durables
- Sensibiliser les jeunes au goût, au respect de la nourriture, au plaisir de cuisiner et de bien manger

- Rendre les consommateurs attentifs à la saisonnalité des produits et à la souveraineté alimentaire
- Promouvoir la santé par une nourriture variée et équilibrée

### **Chaque organisateur s'engage à:**

- proposer un événement qui valorise le goût, la cuisine et le plaisir de manger
- travailler avec des produits authentiques où l'homme et le terroir ont encore toute leur importance
- s'impliquer pour donner un aspect pédagogique à son événement conformément à un ou plusieurs objectifs de cette charte
- favoriser les échanges et la convivialité.

## Parrains & Marraines

2022	Tanja Grandits
2021	Philippe Chevrier
2020	Franck Giovannini
2019	Les Artisanes du Vin suisse
2018	Dominik Flammer
2017	Claude Frôté
2016	Theres & Markus Dettwiler
2015	Paolo Basso
2014	Carlo Crisci
2013	Vreni Giger
2012	Gérard Rabae
2011	Martin Dalsass
2010	†Philippe RoCHAT
2009	Marie-Thérèse Chappaz
2008	André Jaeger
2007	Georges Wenger
2006	Irma Dütsch
2005	Frédéric Girardet

## Villes du Goût

2022	Bâle	2007	Grandson
2021	Genève	2005	Bulle
2020	Heidiland	2004	Rapperswil/ Jona
2019	Montreux	2003	Sion
2018	Lugano	2002	Morges
2017	Neuchâtel		
2016	Liestal		
2015	Locarno		
2014	Moutier		
2013	ViaStoria		
2012	Lausanne		
2011	Bellinzona		
2010	Onex et Lucerne		
2009	Delémont		
2008	St-Gall		



SEMAINE DU GOÛT  
GENUSSWOCHE  
SETTIMANA DEL GUSTO