

Saverne Au jardin botanique – Saverne

S'alimenter autrement, c'est possible



Les intervenants d'Osmonde XXI : Nicole Rabiller (à gauche) et Jean-Michel Louche. PHOTO DNA

L'association Osmonde XXI a présenté, jeudi lors d'une conférence au jardin botanique de Saverne, une alternative à notre alimentation actuelle : un manger sain et respectueux de l'environnement. S'alimenter sainement avec la quantité de protéines nécessaires sans complément de viande est chose possible. C'est ce qu'ont pu démontrer, ce jeudi de l'Ascension, Nicole Rabiller et Jean-Michel Louche

de l'association locale Osmonde XXI. Conviés au jardin botanique de Saverne, ils ont ainsi dévoilé au grand jour les secrets d'une alimentation respectueuse de l'environnement.

Mais Osmonde XXI, entité écocitoyenne, a plus d'une corde à son arc. En effet engagée sur les maladies chroniques, l'alternance aux pesticides, la vaisselle compostable, le tri des déchets et dernièrement une publication mensuelle dans les D.N.A de nouveaux menus et de recettes, propose tout un panel de solutions innovantes et captivantes auprès du grand public.

Dégustation à l'appui

Et le public est venu en nombre, il n'y avait plus de places assises à la conférence. Petits et grands ont apprécié au passage les charmes incontournables du jardin parsemé de fleurs, et se sont laissés surprendre par des recettes à base de légumineuses céréales. Car à l'issue de la présentation, effectuée par Nicole Rabiller et qui rappelait entre autre les besoins nutritionnels ainsi que les différents plats traditionnels concoctés sans viande à travers le monde, une dégustation était proposée à l'assemblée.

Couscous, minestrone, cuisine chinoise et africaine, tortilla et haricots rouges ont ravi les hôtes d'un jour. « Je ne connaissais pas cette cuisine sans viande, c'est vraiment très bon, estime Alfred et visiblement avide de connaissance culinaire originaire du secteur. Je crois bien que je vais m'y mettre. »

Au vu du succès de cette présentation, l'association légumineuses-céréales, pratiquée à travers le monde et plus particulièrement par nos ancêtres, apparaît comme un véritable substitut qui n'a pas fini de faire des adeptes. Comme quoi une autre alimentation, plus saine, est possible.