

Une seule planète, une seule santé, un seul régime

Julie – Bonjour à tous ! Pour notre atelier culinaire d'aujourd'hui, nous avons une invitée spéciale: la répondante régionale du programme « Une seule santé » du Ministère de la saine alimentation. Marianne, bienvenue au sein de notre Havre d'ânés !

Geneviève – Julie, excuse-moi, mais où est Alexandre?

Julie – J'aurais voulu vous l'annoncer autrement, mais Alexandre a dû quitter le Havre. Son capteur intestinal a révélé qu'il ne respectait pas les consignes alimentaires adaptées à son ADN, et son assurance ne couvre plus son séjour ici. Il nous manquera. Marianne, c'est à vous!

Marianne – Bonjour à tous, et merci de votre accueil. Vous le savez, pour le ministère, l'alimentation est le meilleur levier pour optimiser la santé des corps et des écosystèmes naturels. C'est pourquoi il a mis en place le programme « Une seule santé », qui repose sur une production biologique contrôlée et sur l'éducation culinaire, puisque nous encourageons une alimentation faite maison. Je vais donc vous présenter le guide «Manger en 2041». Cette année, notre ministère s'est surpassé pour proposer les meilleures recettes à partir des produits cultivés et distribués au Québec. Si vous ouvrez votre application à la section automne, vous verrez les 10 recettes conçues pour la saison qui commence. Pour l'atelier d'aujourd'hui, j'ai exceptionnellement fait venir un panier de la grande serre Tremblay, car votre serre aquaponique institutionnelle ne produit les aliments que pour quatre de ces recettes.

Stéphane – Vous êtes en train de nous dire que, si nous voulons manger plus que quatre plats différents, il faudra commander des paniers d'ailleurs, et donc payer des surplus?

Marianne – Oui, mais grâce aux aides financières d'Énergie-Québec et du ministère, les paniers sont peu dispendieux au Québec. Nous sommes chanceux, pensez à nos voisins du Sud...

Stéphane – Peut-être, mais moi je n'aime pas commander ailleurs: comment on fait pour choisir des aliments de qualité sans les toucher et les sentir?

Marianne – Je vous rassure, tout ce qui est produit aujourd'hui au Québec est biologique et remplit un cahier de charge très strict pour avoir le label « Santé planétaire » : les environnements sont contrôlés et hygiéniques, tout en étant quasiment autonomes en eau et énergie, peu gourmands en intrants et très productifs. Et nos produits sont excellents ! Alors je vous propose de parcourir ensemble la liste de recettes automnales, vous...

Geneviève – Excusez-moi, mais on aimerait cuisiner un repas de bienvenue pour le groupe de réfugiés climatiques de Louisiane qui arrive dans deux mois. On a déjà des écrevisses dans la serre, mais on voudrait planter de l'okra.

Marianne – Ah non, désolée, l’okra ne fait plus partie du catalogue « Santé planétaire » depuis que ses nuisibles ont détruit des récoltes entières d’autres cultures.

Fannie – Ça sert à quoi d’être en santé plus longtemps et d’apprendre à cultiver et à cuisiner, si on ne peut pas en profiter pour se faire plaisir et faire plaisir aux autres? Y’en a marre du végétarien, sans gluten, sans sucre, et tout ça! Hé, vous vous souvenez de l’odeur du pain frais et du café le matin?

Après l’atelier, Marianne est estomaquée des réactions... Les aînés sont pourtant les premiers à bénéficier de cette initiative gouvernementale qui leur assure une plus longue vie en santé, tout en préservant la planète de leurs petits-enfants.