

Manger local, c'est Génial



DÉFI 100% LOCAL

Du 1er au 30 septembre, les citoyens sont invités à augmenter le nombre de produits locaux dans leur assiette. Les participants choisiront un ou des objectifs à atteindre comme visiter un marché public ou découvrir des vins d'ici.

Inscrivez-vous au défi !
defijemangelocal.ca

Du Terroir à l'armoire

Une nouvelle plateforme, gérée par le Pôle agroalimentaire de Lotbinière, permet aux citoyens de commander en ligne une grande variété de produits locaux et écoresponsables, qui sont livrés à domicile ou récupérés à des points de chute.

www.duterroiralarmoire.com

Visitez le site de Goûtez Lotbinière pour connaître les entreprises agroalimentaires et les fermes près de chez vous

demainlotbiniere.ca ou goutezlotbiniere.com

ATELIERS CULINAIRES

*Cuisiner local,
c'est Génial*

LES SAMEDIS

ATELIERS VIRTUELS AVEC
ELISABETH PARADIS,
Dt.P. nutritionniste diététiste

De 9 h 30 à 11 h

12 septembre : La congélation
et la mise en conserve sans autoclave

19 septembre: La mise en conserve à l'autoclave

7 novembre : Le vide frigo: Manger local en limitant le gaspillage alimentaire - **Gratuit**

ATELIER EN PRÉSENTIEL
AVEC MISS CONSERVES

COMPLET

De 13 h à 17 h à Saint-Apollinaire

19 septembre: Mise en conserve à l'autoclave

ATELIERS VIRTUELS AVEC LE CHEF-CUISINIER
SIMON MCGRATH-MARTEL

De 9 h à 11 h 30

17 octobre: Cuisine de tous les jours,
version végété

24 octobre: La cuisine végétarienne
aux saveurs d'automne

15 \$ par personne par atelier

Places limitées / Inscription obligatoire

demainlotbiniere.ca ou goutezlotbiniere.com

INFORMATIONS : Karine Marcoux, SADC de Lotbinière | 418 728-3330, poste 226

