



**C'est quoi les
Cuisines nourricières ?**



Le saviez-vous ? Le Réseau Cocagne est membre du Mouvement des Cuisines Nourricières car l'accès de tous à une alimentation de qualité est l'une de nos missions prioritaires.



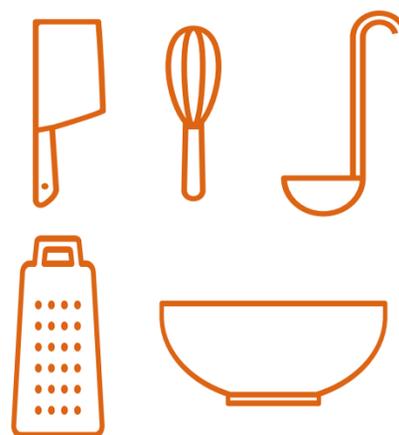
Cuisiner pour nourrir

Les cuisines nourricières c'est avant tout un mouvement créé par des restaurateurs pour **changer les modes de pensée et de cuisiner** afin de :

- respecter la qualité nutritive des aliments
- valoriser la cuisine du quotidien, réalisée avec peu de moyens
- **favoriser le partage** des savoir-faire culinaires multiculturels
- **faire de l'alimentation un vecteur de lien et d'intégration sociale**



-25%



Depuis 1986 nous prenons 25% moins de temps pour cuisiner

Les cuisines nourricières se mobilisent pour plus de liberté culinaire :

- Se libérer des recettes
- Se baser sur des *formats de plats* (quiche, gratin...etc) qui s'adaptent à tous les ingrédients
- Réaliser des plats *vide-frigo*



Alors tous en cuisine !