

# CRÊPE DE PAIN DUR



## INGRÉDIENTS

60g de pain rassis,

2 oeufs,

250 ml de lait (végétal ou autre),

20 ml de crème semi-liquide, (végétale ou autre),

1 cuil. à soupe d'huile, 1 cuil. à soupe de sucre,

1 pincée de bicarbonate de soude ou de levure

## PRÉPARATION

- Mixer le pain pour obtenir une chapelure grossière.
- Verser dessus le lait chaud.
- Battre les oeufs en omelette.
- Les rajouter au pain avec le lait et le sucre.
- Mélanger.
- Dans une poêle huilée, faire cuire 5 à 6 minutes à feu moyen / fort en retournant à mi-cuisson.



# Le gaspillage alimentaire aujourd'hui

**1,3 milliard de tonnes**

de nourriture par an sont jetées ou perdues, soit 1/3 des aliments produits sur la planète.



**79 kg**

de denrées par an et par Français sont gaspillées.

© www.caf.fr. Ne pas jeter sur la voie publique

## TOURS MÉTROPOLE VAL DE LOIRE S'ENGAGE



100 tonnes de produits par an sont ainsi redistribuées.

### LA CAMIONNETTE

#### « ANTI GASPI » :

elle récupère, auprès des supérettes de la métropole, les produits frais « invendables » mais consommables.



+ de 50 tonnes de nourriture auront été récupérées en 2017.

### LA PLATEFORME TERRITORIALE :

elle collecte et trie des fruits et légumes auprès des producteurs.

## ...ET SENSIBILISE LES PUBLICS

### LES ATELIERS CUISINE

« ANTIGASPI » : pour réaliser de délicieuses recettes en utilisant les légumes dans leur totalité. De la fane au bulbe du radis, tout se transforme et tout se mange !

### LES ATELIERS AU JARDIN :

faire des techniques de jardinage des alliés de la lutte contre le gaspillage alimentaire (compostage, paillage...).

## VERS UN PROJET ALIMENTAIRE TERRITORIAL

Tours Métropole Val de Loire et ses partenaires territoriaux souhaitent s'engager dans un projet ayant pour finalité l'autonomie alimentaire du territoire.

Pour cela elle favorise la production et la consommation de proximité, garants d'une alimentation saine et responsable.



[www.tours-metropole.fr](http://www.tours-metropole.fr)

  
**Tours**  
métropole  
Val de Loire