

Génération réunies autour des casseroles

Lancée en août 2021, la Fourchette intergénérationnelle a abouti à un livret de recettes et des tutos en vidéo. Le projet visait à encourager différentes classes d'âges à apprendre les unes des autres dans le cadre d'activités gourmandes.



© Fourchette verte Pour participer à ce projet, des équipes de deux à trois personnes mêlant les générations ont proposé une recette équilibrée et durable selon les critères d'équilibre alimentaire de Fourchette verte et en privilégiant les ingrédients bruts, de provenance locale, de saison, les sources de protéines végétales ainsi que le lien au terroir (d'ici ou d'ailleurs).

Une vingtaine d'équipes a participé au projet et parmi elles quelques-unes ont été sélectionnées pour réaliser des tutoriels de cuisine mis à disposition du public. On y trouve par exemple le Gâteau au pain d'Odette, un Dahl de lentilles et boulghour ou des Ballotines de volaille au pesto de courgettes.

Les recettes sont regroupées dans un livret PDF. Chaque proposition contient en outre une astuce santé ainsi que des infos sur l'équipe ayant proposé la suggestion gourmande.

Cette initiative est le fruit d'une collaboration entre les cantons de Fribourg, Jura, Neuchâtel, Valais, Vaud et Fourchette verte Suisse. Elle est intégrée dans les Programmes d'action cantonaux (PAC) et bénéficie du soutien de Promotion Santé Suisse et de la Loterie Romande.

(CROC, avec communiqué)

[Télécharger le livret de recettes](#)

[Voir les tutos](#)