



## L'Épicerie d'à côté

— Nouvelles fraîches —

### En mai, fais ce qu'il te plait, avec un bonnet.

Cher-ère membre,

Voilà la nouvelle newsletter aussi fraîche et verdoyante que ce mois de mai. On pourrait la renommer « le journal de L'Épicerie d'à côté », tant nos coopératrices-journalistes se sont impliquées dans leur article. Certains pourraient être tentés de rebrousser chemin en découvrant la longueur du contenu. Mais pas après pas, mot après mot, la balade se fait avec le plaisir de lire, pour arriver au bout plus vite qu'on l'aurait pensé.

Céline nous fait visiter le Domaine des Gorges, au bord de l'Areuse. Elle est tombée sous le charme de ce petit coin de paradis paisible qui nous fournit en délicieux légumes. Gaëlle nous propose un intéressant comparatif de prix avec son panier de courses « L'Épicerie d'à côté versus la Coop ». Finalement, Christophe suit les traces des pâtes IRIS jusqu'en Italie, pour en apprendre un peu plus sur cette coopérative agricole dont les valeurs sont inspirantes. Article servi avec un petit bonus gustatif.

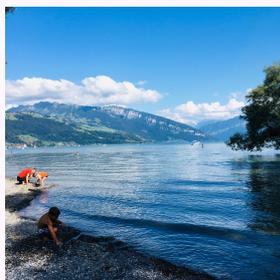
Pour commencer, quelques informations importantes: un sondage à remplir concernant la potentielle fermeture estivale et des nouvelles de nos chères procédures.

N'hésitez pas à nous contacter si vous souhaitez partager du contenu ou nous faire part de vos commentaires.

Je vous souhaite une belle lecture et du soleil dans vos coeurs,  
Anaïs

[nous écrire](#)

### Quelques informations pratiques



#### Fermeture estivale ?

Nous avons besoin de connaître vos disponibilités et besoins cet été afin de déterminer si l'épicerie reste ouverte ou ferme quelques semaines. Prenez une petite minute pour participer à ce sondage.

[Sondage](#)

### Les procédures

Bonne nouvelle concernant les procédures : ça y est, elles sont terminées ! Vous les trouverez donc dans Epicerio sous "guide" (onglet "support" à gauche). Vous y trouverez un lien direct vers le drive et les procédures.

## Merci d'en prendre à nouveau connaissance !

En effet, nous vous avons envoyé petit à petit les procédures (versions en cours de travail) depuis l'ouverture mais il y a eu des modifications importantes entre les différentes versions.

P.ex. : pour la procédure du responsable légumes : le samedi de 12h-15h, il faut aller chercher la commande de tofus (s'il y en a eu une) au marché ! (Cette information n'était pas là dans les versions précédentes et elle est importante).

Merci à tous pour votre compréhension et votre attentive lecture de ces procédures - enfin - abouties !

## Celles et ceux qui nous nourrissent



### Le domaine des Gorges à Boudry

par Céline Pernet

Je quitte la zone urbaine de Boudry et traverse le petit pont de pierre qui enjambe l'Areuse. Aussitôt passé la rivière, on entre dans un autre monde. Bien que les immeubles de la ville ne soient qu'à quelques mètres derrière moi, j'ai la sensation d'avoir fait un bon en pleine campagne. Les pluies de ces derniers jours ont rendu la rivière agitée et bruyante. Les torrents d'eau qui vrombissent dans mes oreilles couvrent entièrement le bruit des voitures qui passent au loin et m'accompagnent jusqu'à l'entrée du Domaine des Gorges comme une mélodie étrangement apaisante.

Je suis accueillie par Luigi, l'un des instigateurs de ce projet agricole débuté il y a maintenant un peu plus de 4 ans.

***Le domaine des Gorges c'est ce petit coin de paradis paisible, niché entre les vignes et la rivière, sur un terrain de 3.5 hectares à quelques mètres à peine du centre de Boudry.***

On y pratique la permaculture et l'agroécologie. Dès le début du projet, de nombreux aménagements ont été pensés de façon à augmenter au maximum la biodiversité du site. Aujourd'hui, la vie reprend à plein régime, la nature est en pleine explosion et le nombre des espèces présentes ne cesse d'augmenter de jour en jour. En se baladant sur le domaine, on tombe sur un étang qui a vécu une renaturation dès 2017, des buttes à fleurs pleines d'insectes aux odeurs entêtantes, un verger enchanteur qui nous invite à la sieste et deux serres qui abritent les futures récoltes. C'est ici, sur ce terrain, que poussent les salades, épinards, pak Choi, fenouils, cresson, brocolis, choux pomme, roquette, radis, navets et autres herbes aromatiques fraîches qui garnissent les étals de notre chère épicerie et remplissent nos assiettes.



Luigi D'Andrea, biologiste de formation est le chef d'exploitation et le responsable arboriculture du projet. Marc Hulmann est responsable maraîchage et gère tout ce qui est construction. Anne Jornod veille sur les plantes vivaces et s'occupe du maraîchage avec Luca Ascione qui est cuisinier de formation et le responsable du futur service traiteur à la ferme. Et enfin il y a Anne Michelin qui gère les paniers de légumes et l'intendance générale. Cette belle équipe fournit en légumes et plantes comestibles des restaurants de la région et une épicerie (la nôtre !). Iels proposent des paniers de légumes hebdomadaires, un magasin de vente directe (ouverture prévue fin mai) et un futur service traiteur qui s'appellera « La Brouette » (ouverture prévue en juin). En plus des légumes, fruits, plantes aromatiques et médicinales et fleurs comestibles déjà disponibles en vente directe, « la Brouette » proposera sandwiches, quiches, salades, pesto, tisanes, sauce tomate, glaces et bières artisanale, vins de la région et même charcuterie italienne (le cuistot est italien !). La majorité des produits transformés seront confectionnés avec des produits frais et de saison venant directement de la ferme et cuisiné par Luca lui-même.

Si vous allez vous balader dans le coin, arrêtez-vous pour manger un morceau, faire le plein de légumes frais, vous rafraîchir avec une bonne bière ou craquer pour une glace artisanale et taper la causette avec l'un-e des membres du Domaine des Gorges.



### Visite guidée de l'exploitation

Apolline organise le **samedi 5 juin à 10h30** une visite du domaine des Gorges réservée aux membres de l'Épicerie d'à côté ! Luigi vous fera une visite guidée de l'exploitation et vous expliquera tout ce qu'il y a à savoir sur leur beau projet.

Pour vous inscrire, c'est sur le lien suivant jusqu'au 29 mai :

[S'inscrire](#)

### Si vous voulez en savoir plus

Domaine des Gorges

## Petit comparatif de prix



par Gaëlle Corthay

A l'ouverture de l'épicerie d'à côté, une fois les locaux découverts, la large gamme de produits en tête et le programme d'achat décrit... quelques questions sur les prix traversent l'esprit. Un objectif du projet de coopérative est de rendre le bio/local/éthique abordable à toutes les bourses. Concurrentiel même avec les supermarchés. Pourtant le marché nous a appris il y a longtemps que les aliments produits à l'autre bout du monde de manière intensive étaient moins chers que le poireau, la salade et l'œuf du paysan d'à côté.

Alors, est-ce que c'est vrai ? A-t-on réussi ? Est-ce que c'est moins cher ? plus cher ? de combien ? Ce serait un superbe argument pour finir de convaincre les plus mollassons de l'éthique alimentaire !

Voici donc un petit tableau des prix de quelques produits de base que tu peux trouver à l'épicerie, comparés avec ceux pratiqués par la coop. Pour le coup, j'ai comparé de préférence avec des produits bio ou local et, si ce n'est pas le cas, c'est précisé.

Voici donc mon panier d'achats de la semaine dernière :

## **l'Épicerie d'à côté**

## **Coop**

Polenta fine <b>4.80/kg</b>	Polenta gros grain <b>3.60/kg</b>
Lentilles vertes <b>6.90/kg</b>	Lentilles vertes <b>4.90/Kg</b>
Boulgour <b>3.40/Kg</b>	Boulgour <b>8.60/kg</b>
Sarrasin NE <b>8.41/kg</b>	Sarrasin bio (Chine) <b>4.90/Kg</b>
Farine d'épeautre complète (dès 2.5kg) <b>4.72/ kg</b>	Farine d'épeautre complète <b>6.80 / kg</b>
Farine de blé bise (si achat 2.5kg) <b>3.50/kg</b>	Farine de blé bise <b>2.95/kg</b>
Sauce tomates – Bolognaise végété <b>8.94/kg</b>	Sauce tomates – Bolognaise bio <b>11/kg</b>
Sauce tomates – All'arabiata <b>5.90/Kg</b>	Sauce tomates – All'arabiata <b>7.37/kg</b>
Sauce tomates <b>6.17/kg</b>	Sauce tomates ( NON BIO - barilla) <b>7.37/kg</b>
Cacao maigre <b>16.24/kg</b>	Cacao maigre <b>16.5/kg</b>
Beurre <b>19.07/kg</b>	Beurre de baratte de Fribourg (non bio) <b>26.33/kg</b>
Jogurt nature <b>7.18/kg</b>	Jogurt nature <b>2.70/kg</b>
Épinards <b>21.60/kg</b>	Épinards <b>29.83/kg</b>
Chou blanc <b>4.68/kg</b>	Chou blanc <b>5.50/kg</b>
Asperges vertes <b>24.42/kg</b>	Asperges vertes <b>17.90/kg</b>
Liquide vaisselle <b>3.24/kg</b>	Liquide vaisselle oecoplan <b>4.40/kg</b>
Œuf <b>0.75 ct pièce</b>	Œuf <b>0.83 ct pièce</b>

11 sur 17 produits comparés sont plus avantageux économiquement à l'épicerie ! Perso, je suis bluffée. Je ne pensais pas que ce serait moins cher, j'espérais plutôt que ce soit concurrentiel. Notre pari semble réussi !

Il faut savoir que derrière ce large choix, se cache une équipe « produits », qui a traqué, traque et traquera les producteurs locaux et/ou bio pour en sélectionner les meilleurs.

Contrairement à ceux des supermarchés, les prix proposés à l'épicerie n'ont pas de marge ni pour payer les employés ni pour obtenir un bénéfice. Et les prix obtenus des producteurs sont liés à la quantité commandée. Donc plus on achète de légumes à l'épicerie, meilleurs seront nos deals avec eux. Mais ils sont également liés aux aléas de la récolte ! Le sarrasin par exemple, qui nous vient du Val-de-Ruz, est une céréale difficile, dont la production n'est pas chaque année optimale. Ce qui se répercute sur son prix... Alors que le sarrasin de la Coop vient de Chine.

Je ne te ferais pas l'affront de te rappeler les limites de cette comparaison, notamment dues aux différences entre le bio suisse et le bio européen et mondial, la qualité du local et l'économie locale à laquelle on participe, etc.

**A l'épicerie d'à côté, c'est bon, c'est beau, on savait, mais c'est aussi moins cher !**

**Le bio d'ailleurs**



par Christophe Jaccard

J'aurais pu consacrer mon premier billet à des producteurs locaux de pâtes composées d'autre chose que du blé, mais vu que c'est pas trop mon kif les pâtes complètes, j'ai jeté mon dévolu sur des pâtes pseudo-normales, juste estampillées bio. Ma conscience apaisée, quelle ne fut pas ma surprise lorsque j'ai vu que le prix pour une livre était plus bas que celui de la Migros. Le tout en vrac - encore mieux - et bio : `_what_else_` ?

J'me souviens en avoir parlé à un ami calabrais qui m'a directement posé des questions pertinentes sur la production industrielle des pâtes auxquelles je dus avouer rapidement que tout cela constituait pour moi un grand mystère. Suis retourné l'autre jour à l'épicerie, et y ai observé d'autres variétés de pâtes en tentant de trouver des réponses à celles posées par mon pote. Un tonneau de vrac a attiré mon attention, avec son étiquette donnant la composition au gramme près : farine de blé, farine de sarrasin et eau, ainsi que sur les lieux de production, avec un domaine à Cernier, une ferme à Lignièrès et une autre à Engollon. Et le logo bio suisse. Juste le prix au kilo qui était bien plus onéreux. Suis du coup presque automatiquement retourné de l'autre côté des tonneaux, là où se trouvaient des pâtes également garanties bio, quatre fois moins chères et provenant d'Italie. Et là, de vastes questionnements sont apparus dans ma petite tête. Certes, le bio ne connaît pas de frontières, mais qu'en est-il du transport et des circuits courts ?

### **Est-ce vraiment bien de privilégier une ferme bien plus éloignée que celles de ce canton, en payant mes pâtes moins cher que les leurs et celles de la Migros ?**

C'est pour toutes ces petites raisons que je vous invite à découvrir les producteurs de ces pâtes. Pas si loin de chez nous, donc, existe depuis 1984 vers Crémone en Lombardie une coopérative agricole nommée IRIS, qui a réuni à la fin des années 1970 neuf jeunes personnes autour de la volonté de cultiver des produits sains sans usage de substances synthétiques ni chimiques. Leurs idées se sont concrétisées dans une démarche holistique de protection de la nature et sociale, avec notamment la création d'emplois en particulier pour les femmes et les personnes désavantagées. Le projet socio-économique IRIS visait la production de nourriture de qualité, vendue directement au consommateur à des prix abordables, et la recherche de techniques ayant le moins d'impact environnemental, en utilisant le moins d'eau possible. L'organisation de cette coopérative, qui emploie désormais des agriculteurs sur tout le territoire italien, se fait selon des critères éthiques et sociaux, avec une direction non-pyramidale. J'ai pêché ces informations directement sur leur site internet, alors on espère que ce n'est pas que de la poudre - bio - aux yeux. Néanmoins, je vous avoue avoir très envie d'y croire à cette belle histoire.

Quand j'étais petit, je vivais dans une famille où l'une de nos plus grandes richesses était celle de bien manger. Les fins de mois étaient difficiles, mais il n'était pas question de moins bien manger pour autant. À l'époque, d'après les dires de mes parents, le bio c'était pour les riches. C'est ainsi que j'ai grandi, généreusement nourri d'aliments essentiellement produits de manière industrielle, et sans que cela n'ait manifestement trop atteint ma santé jusqu'à présent.

En même temps, avec le temps, au fil des modes et d'autres tendances plus ou moins éphémères, une de mes rares convictions s'est consolidée: l'amour de la nature et la volonté de la protéger.

## Le souci est qu'un mode de vie sain est encore malheureusement trop souvent associé à un certain niveau de vie, auquel tous n'ont pas accès.

Cette situation est en train de changer grâce à des projets comme IRIS ou l'Épicerie d'à côté. Parce que se nourrir d'aliments produits dans le respect de la nature devrait idéalement aller de soi. Il reste passablement de chemin à parcourir, mais la connaissance de la multiplication de ce genre d'initiatives près ou loin de chez nous ne peut que nourrir notre espoir.

*P-s gustatif : la recette improvisée et aux couleurs de circonstance pour illustrer ce papier se constitue donc des fameux fusilli bio produits par IRIS, de tomates séchées issues d'une autre ferme bio italienne, de fleur de lait du Gibloux (à tomber par terre), un reste d'olives et de côtes de bette du marché. Vous trouvez toutes ces bonnes choses - à l'exception des deux dernières - dans votre épicerie préférée.\_*

IRIS



## Les burgers Hazelnuts débarque à l'Épicerie d'à côté.

Testés et approuvés par l'équipe produit, ces burgers zürichoïses ont été récompensés par le prix Bio Suisse 2020. Composés majoritairement de noisettes, de haricots et de betterave, ils sont aussi sans gluten. Livrés en train dans des bocaux consignés par Jeanine, ils seront disponibles dès le 19 mai dans notre congélateur.

8.98 chf/pièce

Hazelburger.ch



Photos : Michel Duperré

## Conversation avec les Plantes Spectacle itinérant

Jardin Botanique de Neuchâtel

**29/30 Mai 2021**

Samedi 29 mai, accueil : 19h45

**Spectacle : 20h**

Dimanche 30 mai, accueil : 15h45

**Spectacle : 16h**

*Une immersion ludique et musicale dans la nature, par le Collectif KHAOS.*

*Des personnages décalés et drôles interrogent le paradoxe de notre temps : une technologie qui nous éloigne de la nature et notre besoin archaïque d'en faire partie intégrante.*

Départ : entrée Est du Jardin, escaliers en face du 60 rue Georges-Auguste-Matile, 2000 Neuchâtel, 10 min. à pied depuis la gare.

Inscriptions obligatoires, max. 12 personnes, JBN : [jardin.botanique@unine.ch](mailto:jardin.botanique@unine.ch) ou 032 718 23 50.

## Conversation avec les Plantes

Un spectacle itinérant à découvrir ce week-end, au jardin botanique.  
Inscription par mail:

Inscription

## Les horaires d'ouverture

Lundi Fermé  
Mardi : 17h-19h  
Mercredi: 17h-19h  
Jeudi: 17h-19h  
Vendredi 17h-19h  
Samedi 9h30-14h30

Astuce: avant de faire tes emplettes, il est possible de vérifier la disponibilité des produits dans le logiciel épicerie avant de te rendre à l'épicerie.

### L'Épicerie d'à côté

Rue du Tertre 12  
2000 Neuchâtel  
[contact@lepiceriedacote.ch](mailto:contact@lepiceriedacote.ch)



Cet e-mail a été envoyé à {{ contact.EMAIL }}  
Vous avez reçu cet email car vous vous êtes inscrit sur L'Épicerie d'à côté.

[Se désinscrire](#)

Envoyé par  
 **sendinblue**

© 2021 L'Épicerie d'à côté



<https://lepiceriedacote.ch>