Goût Layon
Epicerie Associative

Lettre d'info N°36
Automne 2022

# Edito

Nous avons retrouvé avec plaisir Aude et Gisèle qui ont réintégré l'équipe de Goût Layon. Visiblement elles n'avaient pas perdu la main et ont réussi à reprendre très vite leurs marques. Bienvenue à elles !

Suzanne et Lise sont parties construire d'autres projets, et c'est avec la casquette « cliente » qu'on les croise à l'épicerie.

L'actualité c'est aussi l'explosion des prix… or nous souhaitons que l'épicerie reste accessible à tous. Aussi, avec les salariées, un petit groupe de membres du CA, pilote du projet, a sélectionné 30 produits du quotidien sur lesquels nous voulons agir. Nous avons baissé les prix de ces 30 produits d'environ 13 % et nous ferons un bilan de cette action au printemps. Ces produits du quotidien sont facilement identifiables en magasin grâce à leur étiquette prix de couleur (gommette verte). Un affichage est aussi présent dans l'épicerie.

Un autre projet en cours étudie les prix pratiqués à l'épicerie en comparaison avec d'autres magasins autour de nous. L'idée est de savoir comment nous nous situons et sur quoi il serait éventuellement possible de faire des efforts. Des résultats sont attendus prochainement.

Sur le thème de la communication, un autre groupe réfléchit actuellement à l'identité visuelle de Goût Layon. Ce travail porte bien au-delà du simple graphisme lié, par exemple, à notre logo. C'est un vaste sujet qui interroge nos valeurs et les confronte à la réalité de notre épicerie. Ce projet, non encore abouti, devrait nous permettre d'animer un temps de travail prévu le 19 novembre pour relancer notre réflexion sur Goût Layon Demain. Encore et toujours interroger la pérennité de l'épicerie dans les années à venir et le rôle de l'association au sein de notre cité.

Et en parlant de pérennité… L'épicerie, vous le savez, fonctionne avec de merveilleuses salariées qui font un boulot fantastique. L'épicerie fonctionne avec ses salariées mais pas que… Il y a aussi des bénévoles membres du CA ou simplement volontaires du dimanche matin. Quelques anciens viennent aussi facilement rejoindre l'équipe pour donner un coup de main lors de travaux, remplacer au pied levé une salariée absente ou se remuer les méninges le cadre de Goût Layon Demain. Quelques personnes qui ne font pas partie de l'association peuvent aussi intervenir ponctuellement sur un projet précis.

En fait, il y a de la place pour tout le monde… et l'épicerie a besoin de beaucoup de monde pour continuer à servir. Alors venez nous rejoindre et n'hésitez pas à communiquer autour de vous pour que d'autres viennent nous rejoindre pour continuer à faire vivre notre association.

# Goût Layon s'engage !

Comme vous tous, nous constatons une augmentation générale des prix, et notamment dans l'alimentation.

Goût Layon souhaite que l'épicerie reste accessible à tous.
Aussi avec les salariées, nous avons sélectionné **une trentaine de produits du quotidien** pour lesquels nous voulons agir.
Nous nous engageons à baisser les prix de ces produits d'environ **13 %,** et nous ferons un bilan de cette action dans **6 mois**.

Ces produits sont facilement identifiables en magasin grâce à cette signalisation :

# Liste des produits sélectionnés :

## Fruits & Légumes :

CAROTTES
CONCOMBRES
OIGNONS JAUNES
POMMES DE TERRE
BANANES
ORANGES
POMMES
*(fruits & légumes signalés par les pancartes rouges)

## Vrac :

COQUILLETTES 1/2 complètes *vrac*
KROUNCHY chocolat *vrac*
RIZ basmati *vrac*
SUCRE blond *vrac*

## Crèmerie & Viande :

BEURRE 1/2 sel (Montsur)
COMTE jeune
LAIT frais demi-écrémé (Gaborit)
ŒUFS
YAOURTS nature 4x125g (Hussaudière)
JAMBON BLANC (Moulin des Terroirs)

## Hygiène & Entretien :

DENTIFRICE Meswak
LESSIVE liquide vrac
PAPIER TOILETTE 100% recyclé
SAVONNETTES amande douce 3x150g
SERVIETTES hygiéniques ultra fines

## Epicerie :

CAFÉ arabica Amérique du Sud 500g
THÉ NOIR English breakfast (*vrac* )
THÉ VERT Gunpowder *(vrac)*

FARINE bio T80 5kg (*Ferme du Domaine*)
HUILE D'OLIVE vierge (*Bonneterre*)
SPAGHETTI blanches 500g (*Bonneterre*)
VINAIGRE de cidre 75cL

# Portrait de producteur

Nous nous sommes retrouvés le jeudi 13 octobre 2022 afin de visiter la brasserie bio « Sterne et Mousse ».

Nous y avions rendez-vous avec Antoine Moisy pour la présentation de son entreprise installée dans tiers-lieu culinaire à Rochefort sur Loire : « C'est bio l'Anjou ». Ce collectif, créé en 2018, regroupe une dizaine de producteurs bios, artisans ou éleveurs.

Antoine a été cuisinier pendant 10 ans à Copenhague où il a découvert les saveurs de la bonne bière. Lorsqu'il revient en Anjou, c'est avec le désir « de travailler pour soi ».

Il ouvre alors sa brasserie : Sterne et Mousse, la sterne représentant à la fois l'oiseau de Loire et l'oiseau migrateur.

Antoine travaille seul dans son entreprise depuis 2018. Il commercialise ses premières bouteilles en 2019. Il fabrique de la bière et de la limonade 100% bio en utilisant des plantes, légumes et fruits si possible de saison et récoltées localement : il obtient ainsi différentes saveurs en fonction des saisons.

Les céréales utilisées sont variées : orge, seigle, sarrasin, blé. Il s'approvisionne pour l'instant dans la région de Vannes, mais a le projet de travailler avec un producteur angevin.

Quant à ses houblons, ils proviennent de Mayenne, Loire Atlantique ou Vendée et la plupart de ses plantes additionnelles de Saint-Germain-des-Prés (Maine-et-Loire).

A titre d'exemple, pour la fabrication de 1000L de bière à l'ortie, il lui faut utiliser 8kg de cette plante et 1 à 10 kg de houblon.

Sa production complète (bières et limonade) représente un volume de 43 000L par an.

95% de ses ventes sont effectuées dans notre département, par le biais d'épiceries associatives ou simplement biologiques , de restaurants, de bars, d'AMAP, de festivals… Il effectue aussi de la vente directe dans ses locaux les jeudis et vendredis soir ainsi que le samedi toute la journée. Vous pouvez trouver des produits Sterne et Mousse à l'épicerie Goût Layon.

Quelques exemples de bières dans la gamme permanente : ortie, glouglou (au sarrasin), romarin, noix. Dans la gamme de saison : aux bourgeons de pin, au raisin (sauvignon, cabernet, chenin), aux clémentines corses, à la mélisse . Pour la limonade, il y a aussi du choix : à la verveine, au citron, à la menthe, au basilic, à l'orange et au thym citron.

Petit conseil de dégustation : la bière se conserve sur une période de 6 mois à 2 ans. Plus elle est légère moins on la garde, plus elle est forte mieux on la conserve.

Pensez à rapporter vos bouteilles, elles sont toutes réutilisables.

Nous remercions Antoine de nous avoir consacré un peu de son après midi à satisfaire notre curiosité.

# Retour d'épiceries

Nous avons reçu des nouvelles de quelques épiceries ayant participé au forum des épiceries d'initiative collective que nous avions organisé en 2018. Nous souhaitons les partager avec vous les témoignages suivants.

**Épissure Arzano Bretagne**

« En six ans l'équipe s'est largement renouvelée au niveau du Conseil d'administration et du bureau. Nous avons une quinzaine de bénévoles qui viennent régulièrement aider les salariés de l'épicerie : cuisine, caisse, service, traiteur et prennent plaisir à cette aventure.

Les clients sont toujours fidèles, et de plus en plus de familles (trentenaires avec des enfants) viennent souvent au magasin. C'est de bon augure pour l'avenir.

Avec le Covid-19 chacun s'est adapté et les salariés se sont donnés à fond. De nouveaux clients ont découvert le commerce de proximité avec de longues files de gens masqués sur le trottoir, ça a plutôt mis de l'ambiance.

Nous avons désormais trois salariés pour deux temps pleins, plus un temps plein pour les mois d'été. Cette année en particulier nous avons eu un mal fou à recruter en juillet-août, il a fallu embaucher deux personnes différentes, un vrai casse-tête pour le bureau.

Le chiffre d'affaires de l'épicerie est en nette augmentation depuis deux ans, mais la marge diminue sensiblement, cela va sans doute entrainer pour cette fin d'année un léger déficit. Bon nous devons nous ressaisir, il nous a fallu en plus changer certaines vitrines obsolètes et affiner la gestion du stock. Bonne nouvelle, notre prêt d'investissement de départ est terminé.

Nous continuons quelques présentations culturelles, plusieurs artistes ont exposé dans le local (photographe, peintres, brodeuse...). Finalement pendant le confinement l'Épissure devait être une des seules expos du coin. Pour la soirée festive annuelle, l'élan a forcément été sérieusement coupé. »

« En 2018, l'épicerie d'**Envie de Saveurs à La Pommeraye** avait 5 ans et l'association touchait le fond financièrement. Une situation qui épuisait l'énergie des bénévoles, dont les plus impliqués avaient même participé à financer la trésorerie de l'épicerie. Depuis, nous avons relevé la tête, d'abord en équilibrant nos finances, puis en résorbant notre déficit - très rapidement grâce aux confinements qui ont augmenté la fréquentation de notre magasin.

L'activité de l'épicerie est maintenant au beau fixe, nous envisageons d'embaucher pour étoffer l'équipe salariée. Un symptôme éloquent : notre chiffre d'affaires est passé de 260k€ à 360k€.

En revanche, la vie interne de notre association et nos manifestations n'ont pas repris de couleurs. Peu de renouvellement des bénévoles, l'épuisement des plus anciens, la pandémie qui vient grever le tout. Notre dernière manifestation s'est tenue en juin 2018.

Notre travail de fond pour mieux connaître et travailler avec les producteurs locaux (charte éthique, visites, etc.) est au point mort (et cela se reflète dans notre gouvernance qui ne compte presque plus de producteurs). Un symptôme éloquent : notre conseil d'administration a chuté de 14 à 7 membres. »

Le sorgho est la 5ème céréale la plus produite au monde mais très peu consommée en France. La **FARINE DE SORGHO** est reconnaissable à sa couleur très particulière, brun rosé, et à sa saveur légèrement sucrée. Idéale pour tous types de préparations, salées et sucrées (pancakes, blinis, clafoutis), on peut l'utiliser jusqu'à hauteur de **40% de la quantité totale de farine** de la recette. Elle ne contient pas de gluten.

## PÂTE À CRÊPES À LA FARINE DE SORGHO

### Ingrédients (environ 15 crêpes)

- *150 g de farine de sorgho*
- *150 g de maïzena (fécule de maïs)*
- *60 cl de lait*
- *10 cl de bière (ou 1 sachet de levure chimique)*
- *4 œufs*
- *10 g de sucre*
- *40 g de beurre*
- *Sel*

### Préparation

1. Dans un saladier, versez la farine de sorgho, la fécule de maïs et le sucre. Mélangez à la spatule.
2. Cassez les œufs et incorporez-les au mélange précédent.
3. Versez la bière. Elle vous servira de "levure".
4. Faîtes fondre le beurre et ajoutez à la préparation.
5. Versez progressivement le lait tout en remuant au fouet. Salez légèrement.
6. Cuire comme des crêpes classiques, à la poêle.
7. À servir comme base pour des crêpes salées aussi bien que sucrées.

## GÂTEAU AU SORGHO SANS GLUTEN NI LACTOSE

### Ingrédients

- *3 œufs*
- *240 g de farine de sorgho*
- *60 g de farine de riz*
- *1 sachet levure chimique sans gluten*
- *20 cl de lait végétal*
- *10 cl d'huile*
- *90 g de sucre complet*
- *1 cs de vanille*
- *2 cs d'eau de fleur d'oranger*
- *Amandes, raisins secs, graines de sésame*
- *sel*

### Préparation

1. Dans un saladier, battre les œufs avec le sel, le lait végétal, l'eau de fleur d'oranger et l'huile.
2. Ajouter le sucre puis la vanille et mélanger.
3. Incorporer les farines et la levure, et mélanger à la spatule (la pâte doit être plus liquide qu'une pâte à gâteau classique).
4. Ajouter au mélange les amandes, raisins et graines de sésame (en garder quelques-uns pour le moule).
5. Verser dans un moule chemisé dans le fond duquel vous pouvez saupoudrer quelques graines de sésame et raisins.
6. Cuire au four à 200° pendant 10-15 min.

## TARTE SALÉE AU POTIMARRON

### Ingrédients (pour 6 pers)

***Pour la pâte brisée au sorgho :***

- *120 g de farine de sorgho*
- *80 g de farine de blé T65*
- *100 g de beurre*
- *4 cl d'eau*

***Pour la garniture :***

- *500 g de chair de potiron*
- *3 gros œufs*
- *5 cl de lait*
- *100 g de lardons ou de tofu fumé.*
- *1 boule de mozzarella*

### Préparation

1. Émiettez la farine et le beurre du bout des doigts. Faites un puits et versez l'eau. Mélangez en commençant par le centre puis travaillez légèrement la pâte. Formez une boule, entourez-la d'un film plastique et laissez-la reposer 30 min au réfrigérateur.
2. Coupez le potimarron en cubes et faites-le cuire 10 min à la vapeur. Mixez finement la chair avec les œufs et le lait.
3. Faites dorer les lardons ou les dés de tofu fumé dans une poêle sans ajout de matière grasse.
4. Étalez la pâte dans un moule à tarte. Versez la garniture au potimarron. Répartissez les lardons égouttés et des lamelles de mozzarella.
5. Faites cuire la tarte 25 à 30 min dans le four préchauffé à 190°C.

SAMEDI 10 DÉCEMBRE DÈS 16H
Goûter des Fêtes !
CÉLÉBREZ LES FÊTES À L'ÉPICERIE
AUTOUR DE BOISSONS RÉCONFORTANTES
ET DE DÉLICIEUSES GOURMANDISES
FAITES MAISON
Goût Layon