

CUISINES DE QUARTIER

Newsletter 2023 #1

Les Cuisines de quartier vous souhaitent une belle année 2023 !
Aux Cuisines, l'année a repris sur les chapeaux de roue ; découvrez toutes les actualités du Mouvement dans cette newsletter et partagez-la dans vos réseaux. Bonne lecture !



Vie du mouvement

Découvrez la superbe **fresque** réalisée par Judith Du Faux lors de la rencontre annuelle des **Cuisines de quartier** en novembre 2022, elle présente le projet, son fonctionnement, ses valeurs.

[Plus d'infos](#)



En février aura lieu la 5ème **rencontre trimestrielle du Mouvement des Cuisines de quartier**. Ces rencontres permettent aux groupes de se rencontrer et échanger sur des thèmes qui les intéressent autour de l'alimentation et du fonctionnement de leur groupe : cette fois on aborde la communication !

[Plus d'infos](#)



Vie des groupes

Début d'année rime avec reprise des cuissons pour les Cuisines de quartier : **7 groupes ont repris leurs sessions de cuisine** depuis la rentrée. Au menu: de délicieuses recettes et un total de plus de **310 portions** déjà cuisinées !

[Plus d'infos](#)

Atelier autour des pâtes avec le Collectif Jette ta recette !



Viens apprendre à fabriquer différentes sortes de pâtes et découvrir de délicieuses recettes !

QUAND ? Vendredi 27 janvier 2023 / 10h - 13h
OU ? CBO - Chaussée de Jette 407, 1050 Jette

Inscription obligatoire - places limitées :
jetteta.recette@gmail.com

Participation concrétisée selon vos moyens.



Le collectif **Jette ta recette** organise son 2e atelier, autour des **pâtes** cette fois-ci : Federica viendra expliquer comment faire ses propres pasta et partager quelques délicieuses recettes. Cet atelier est complet mais il y en aura d'autres, on espère vous y voir !

Plus d'infos



Le **Mouvement des Cuisines de quartier** grandit, **18 groupes** se retrouvent maintenant régulièrement pour cuisiner dans 5 communes de Bruxelles. Et vous, cuisiner en groupe, échanger des recettes, mutualiser les bons plans, réduire les coûts, tout ça dans la convivialité, ça vous parle ? Alors, **rejoignez le Mouvement !**

Plus d'infos

Ressources

Dégustez la recette de soupe de légumes proposée par [Marino](#) lors de la rencontre annuelle du 18/11/22, recette idéale avec ce froid. En février, Marino va tourner une vidéo-tuto avec Zin TV sur la découpe des légumes pour faciliter vos sessions cuisine, stay tuned!

Plus d'infos

Soupe fraîche minute

Recette proposée par Marino lors de la Rencontre annuelle du 18 novembre 2022

www.cuisinesdequartier.be

Ingédients	Recette
Légumes de saison Bouillon de poulet maison Herbes fraîches - persil ou autre qui vous fait plaisir	1. Faire cuire les légumes à la vapeur. Veiller à couper en plus petits morceaux les légumes qui cuisent plus longtemps. 2. Faire chauffer le bouillon de poulet. 3. Verser les légumes vapeur et l'eau de cuisson des légumes dans la casserole. 4. Ajouter les herbes fraîches. 5. Mixer ou laisser en julienne de légumes.

Idées d'associations de légumes

Automne - Hiver

- Carottes, potimarron, ail
- Betterave rouge, oignon rose
- Patates, chou rouge
- Oignons, chou, dauphoie, ail
- Poireaux, cumin
- Patates, oignons, ail
- Topinambours, oignons, ail

Printemps - Été

- Asperges, courgettes
- Tomates fraîches, ail vert
- Courgettes, concombre
- Courgettes, potimarron, carottes
- Cerefolles, pommes de terre

www.cuisinesdequartier.be

Avec le soutien de :

Les **Cuisines de quartier** proposent aussi des **outils vidéos**: les groupes et l'équipe y présentent l'origine du projet, le voyage au Québec, le fonctionnement en 4 étapes, l'hygiène et sécurité en cuisine, etc. Retrouvez-les toutes dans notre outilthèque ou [sur notre page Youtube](#).

Plus d'infos



S'il vous a échappé dans notre dernière newsletter, découvrez ici l'**article consacré aux Cuisines de quartier dans la revue Éducation Santé** sur le thème "Une alimentation durable, accessible à tous ? Défis et pistes".

Plus d'infos





Actualités

Le 11 février, le **CBO fait la fête** ! Au programme: animations pour petits et grands, concert, ateliers, instruments de musique en terre... C'est gratuit et ouvert à toutes, venez !

QUAND ? 11/02 de 13h à 20h

OÙ ? CBO - 407 Chaussée de Jette, 1090 Jette

[Plus d'infos](#)



À vos agendas !

27/01: Atelier pâtes organisé par le collectif Inspirons le quartier 'Jette ta recette' au CBO

[02/02: Chandeleur du collectif Rencontre des Continents pour découvrir leur équipe et activités](#)

[11/02: Fiesta au CBO](#)

[10/03: Conférence gesticulée "Faim de vie" au GC Ten Weyngaert](#)

14/03: Plénière de la Concertation Aide Alimentaire

17/11: Rencontre annuelle des Cuisines de quartier

Avec le soutien de:



Cuisines de Quartier
info@cuisinesdequartier.be
www.cuisinesdequartier.be



Cet e-mail a été envoyé à {{ contact.EMAIL }} Vous avez reçu cet email car vous vous êtes inscrit sur Cuisines de quartier.

[Se désinscrire](#)

Envoyé par
 sendinblue

© 2020 Cuisines de quartier