



CUISINES DE QUARTIER



SAMU SOCIAL

Voilà déjà 6 mois que des résidentes du Samu Social de Koekelberg viennent cuisiner avec les enfants chaque mercredi. Elles n'ont pas accès à une cuisine au centre d'hébergement et ne peuvent donc pas choisir le contenu de leur assiette. Chaque semaine, elles cuisinent 30-40 portions au CBO ! Un groupe d'adolescent·e·s a tout juste commencé à venir cuisiner. Et à la rentrée, ce sera 2 fois par semaine pour permettre à plus de personnes de profiter de la cuisine du CBO.



ÇA CHAUFFE !

Ça Chauffe reste actif cet été et se prépare déjà à une rentrée bien dynamique ! Ils vous donnent rendez-vous le 20 septembre à l'Espace Social télé-service à 14 h pour un film court sur les Cuisines de quartier avec les Mosaïques de Saveurs en vedettes !
Inscription souhaitée auprès de Veronica
(veronica.provitina@tele-service.be)



AUTOCLAVES EN FOLIE !

5 groupes ont participé à la folle semaine de stérilisation cet été ! Nous vous avons mis au verso la recette du ketchou cuisiné par les Jeanine, un délice, on recommande !

Quelques chiffres :

- 5 groupes - 20 membres
- 2 autoclaves
- 80 litres de nourriture
- 173 bocaux utilisés

On a la possibilité d'acheter des autoclaves qui pourraient se balader entre les différentes cuisines de quartier, donc faites-nous signe si ça vous a plu !



DEMANDE D'AIDE: LE PAIN LEVÉ

Vous vous souvenez de la boulangerie Le Pain Levé à Schaerbeek où le groupe de Bouillon de Cultures avait participé à un atelier pain? Ils nous ont contactés, ils ont besoin d'aide le vendredi 9 septembre pour préparer des focaccia dans le cadre du Rasquifestival. L'occasion d'apprendre avec des boulangers professionnels et de les aider !
Contactez Fanny (0472/29.53.06) si ça vous intéresse (priorité aux groupes de Bouillon de Cultures).



CBO : UN EFFET BOULE DE NEIGE

CBO a fêté ses 1 an d'existence fin juin !
Tellement de belles rencontres ont eu lieu depuis notre installation sur Jette. En novembre 2021, il n'y avait qu'un groupe, les Mosaïques de Saveurs. Un super lieu, une nouvelle cuisine, et nous voilà à 5 groupes de plus : Ratatouille, Mardi soir, Samu social, les Jeanine et les Voisines. On est passé de 1 828 portions cuisinées, à 4 752 en 8 mois à peine !

INSPIRONS LE QUARTIER



Les groupes de Cuisines de quartier du CBO ont eu une réponse positive pour leur demande de subside, ce qui veut dire plus de matériel pour leur cuisine et des ateliers ouverts au public.

Bravo à eux et vivement septembre pour découvrir ce qu'ils vont faire !

Recette Sauce ketchup en conserve

6 personnes

NIVEAU DE
DIFFICULTÉ

1/5

TEMPS DE
PRÉPARATION

1h30

TEMPS DE TRAITEMENT
THERMIQUE

1h

LISTE DES INGRÉDIENTS

3 cuillères à soupe d'huile d'olive

4 oignons

1.5 kg de tomates

4 gousses d'ail

150 ml de vinaigre

150g de cassonade

4 cuillères à café de moutarde de Dijon

¼ cuillère à café de 4 épices

½ cuillère à café de cumin

2 clous de girofle

Sel, poivre

Préparation

1

Ôter la peau des oignons et les couper en dés. Laver, épépiner les tomates fraîches puis les couper en morceaux grossiers. Éplucher les gousses d'ail et les couper en morceaux.

2

Faire chauffer 3 cuillères à soupe d'huile d'olive dans une sauteuse. Ajouter les oignons et les faire revenir à feu moyen pendant une dizaine de minutes. Ajouter le reste des ingrédients, couvrir et laisser frémir pendant 1/2 heure, puis passer le tout au mixeur.

3

Tamiser si besoin et remettre la sauce ketchup à chauffer pendant 45 minutes supplémentaires à feu doux, le temps d'obtenir une préparation à la consistance épaisse.

4

Pendant ce temps, laver les bocaux à l'eau très chaude, les laisser sécher à l'air libre et ébouillanter les rondelles en caoutchouc.

5

Répartir la sauce épaisse dans les terrines Le Parfait Super jusqu'à 2 cm du rebord.

6

Fermer et procéder immédiatement au traitement thermique pendant 1h à 100°.

<https://www.leparfait.com/> <https://www.leparfait.be/>
© 2019 www.leparfait.com/ © 2019 www.leparfait.be/

DATES À RETENIR

- 18 août - 13h-16h30 - Rencontre #3 Mouvement (partage d'une cuisine & ateliers produits ménagers)

CBO - 407 Chaussée de Jette

- 18 novembre - 10h-16h - Journée annuelle des Cuisines

Les Cuisines y seront :

- 9 sept. - à partir de 15h-
Vente de focaccia Pain levé

Parc Rasquinet, Rue Josaphat/1030 Schaerbeek

- 20 sept. - 14h-16h

Ciné Ça Chauffe !

Espace Social Télé-Service (28 Bd de l'Abattoir)

- 21 sept. - Table ronde "Le prix de la bouffe : quelles solutions ?" 18h30-20h30

Le Pain Levé - 101 rue Josaphat/1030 Schaerbeek

Sorties inspirantes :

- 16 sept. - Conférence-débat 'Discussion avec des paysan.nes sur leurs rémunérations et leurs marges' 18h30-21h

CBO - 407 Chaussée de Jette

- 16 sept. - Spectacle "Dans ma cuisine" 18h30-22h30

L'Entrela - Rue du Moulin à Vent 21 Evere

Cette pièce de théâtre a l'air vraiment super. Cuisine, culture, famille, etc. Il faut s'inscrire et c'est payant, contactez-nous, on peut organiser une sortie groupée !



RENCONTRES DU MOUVEMENT

Le 18 mai a eu lieu la 2e rencontre du mouvement sur l'approvisionnement (une idée de nom pour ces rencontres?)

Que s'est-il passé depuis?

- 160 kilos de fruit & légumes récupérés au Barn d'Eterbeek et au Centre d'Entraide de Jette
- Le Centre d'Entraide de Jette est devenu un partenaire des Cuisines
- Le restau Sesam' donne ses surplus aux groupes de Bouillon de Cultures
- Un vélo cargo vient d'arriver à CBO, parfait pour les courses et la récupération d'inventés !

Prochaine rencontre: le jeudi 18 août à 13h à CBO (partage d'une cuisine + produits ménagers)



Calendrier confectionné par les Mosaïques de Saveurs en 2018!

Envoyez des nouvelles de votre groupe à info@cuisinesdequartier.be pour la prochaine gazette (novembre 2022) !

Bonne lecture et bonne cuisine!