

# EPICERIE LONAY DE

## AUX 4 SAISONS

**feuille de communication**

**automne 2016**

Le goût des produits, qui ont une histoire à raconter, est souvent méconnu. La cuisine s'industrialise toujours davantage. On prend de moins en moins de temps pour se nourrir et on mange trop souvent seul.

Promouvoir le goût et le plaisir de manger, créer des échanges et susciter l'organisation d'événements, voilà l'ambition de la Semaine du Goût qui se déroulera une nouvelle fois cette année du 15 au 25 septembre dans toute la Suisse.

Cette manifestation souhaite donner envie à chacun de faire des découvertes culinaires, de s'arrêter pour déguster, de s'interroger sur notre rapport à l'alimentation et de nous donner envie d'en savoir davantage sur l'origine de notre nourriture. La Semaine du Goût doit nous rendre attentifs au fait que manger est une occasion pour nous ressourcer et nous faire plaisir. Elle permet de réunir ceux qui aiment manger, favorise les échanges entre les métiers de la bouche et crée des liens avec toute la communauté de la nourriture. L'événement veut encourager l'organisation de moments qui mettent le plaisir du goût au cœur de nos assiettes et de nos verres. Cette semaine consacrée au goût valorise la convivialité autour de la table tout en mettant en avant des produits authentiques.

Les valeurs de l'Association de l'Epicerie de Lonay rejoignent ainsi les objectifs de la Semaine du Goût et nous y participons pour la troisième année consécutive.

Nous vous invitons le vendredi 23 septembre dès 18h sur la terrasse de l'Epicerie. Nous élaborerons et dégusterons des smoothies de légumes et de fruits avec vous.

SMOOTHIE.....une boisson onctueuse à base de fruits et légumes.

Adressez-nous vos suggestions et recettes jusqu'au 10 septembre 2016 à la caisse de l'Epicerie, rte de Chérard 1, Lonay.

Le comité en choisira quelques-unes et les apprêtera avec vous le 23 septembre.

Au plaisir de ce moment gustatif et festif.

*Nicole Goetschi et Frédérique Clerc pour le Comité de l'Association de l'Epicerie de Lonay*

# LES ETUDIANTES DE L'EPICERIE



Clara Defrancesco



Olivia Pelet



Clémence Danesi



Maude Bolliger

Pendant les vacances scolaires et les week-ends, l'Association de l'Épicerie engage des étudiants/es pour tenir le magasin. Maude Bolliger, Clémence Danesi, Clara Defrancesco et Olivia Pelet se sont réparties les jours d'ouverture et ont chacune tenu l'Épicerie entre 10 et 20 jours pendant l'été. Elles ont ainsi permis à nos bénévoles de profiter de leurs vacances. Elles apprécient ce lieu de rencontres où les gens du village et d'ailleurs prennent le temps de s'arrêter pour discuter et échanger. Elles se rendent aussi mutuellement visite durant les heures d'ouverture: le temps passe alors plus rapidement en attendant les clients.

Écoutons leurs recommandations et leur regard sur Lonay et l'Épicerie.

Clara est un fin palais et elle nous recommande le fromage de brebis mi-dur de chez Python de Villars-le-Gibloux, les pilons de poulet party de la boucherie de la Venoge, les biscuits « petits cœurs » noisette fourré à la framboise de Barbara Demont et elle avoue un coup de cœur pour les croissants au jambon. A l'Épicerie, elle aime quand les clients racontent leurs petites histoires. Elle est sensible à leur envie de partager et sa devise est « faire sourire les râleurs. » A Lonay, Clara apprécie se promener dans la forêt et s'arrêter sur le banc du cimetière au pied du tilleul.

Clémence écoute « les Pains au chocolat » de Joe Dassin et déguste ceux de la boulangerie Jacquat à Echandens. Ce sont les seuls à sa connaissance qui ont la bonne idée de les garnir avec deux barres de chocolat. A l'Épicerie, elle se sent bien : elle savoure l'atmosphère conviviale et la fraîcheur qui y règne lorsque le soleil bat son plein. Pour occuper les matinées d'été, elle étiquette les nouveaux arrivages. Elle affectionne la rencontre avec les habitants ou les clients de passage, ceux qui n'arrivent pas à voir les prix, ceux qui parlent de la météo, ceux qui viennent chercher leur pain habituel, ceux qui sont pressés, ceux qui cherchent leur monnaie, ceux qui demandent la provenance des légumes, ceux qui bavardent et ceux qui oublient toujours un produit et qui reviennent vite...

Olivia savoure les yogourts de brebis et leur texture crémeuse, surtout ceux à la pomme et aux châtaignes pour son petit déjeuner ou son goûter. Elle apprécie particulièrement le fait que ce travail soit proche de chez elle et que les horaires soient agréables. A l'Épicerie, elle aime y trouver des produits de qualité et principalement de la région. Elle recommande les nouveautés qui sont testées tout au long de l'année et, en période de fêtes, les arrivages de fromages.

Maude recommande les flûtes et les bricelets de Veronique Fiechter à Clarmont, ainsi que les excellentes bières de Docteur Gab's. Elle relève la chance d'avoir des fournisseurs de viande et de fromage de la région, avec la possibilité de faire des commandes spéciales. Et si elle travaille à l'Épicerie, c'est pour le contact avec les clients. Cela lui permet de faire connaissance et échanger avec eux, boire un café ou discuter. Elle rencontre ainsi des habitants du village. Elle apprécie ce travail qui lui laisse beaucoup de liberté. Maude relève la flexibilité de ses « collègues » pour assurer l'ouverture de l'Épicerie durant ces sept semaines d'été.

Nous les remercions de leur engagement et espérons que vous viendrez les rencontrer et tester leurs recommandations lors des week-ends d'automne.

## **LES INFORMATIONS DE L'ASSOCIATION DE L'EPICERIE**

### **Horaire de l'Epicerie**

Lundi au vendredi : 7h30 à 12h30 et 15h30 à 19h00

Fermé le mercredi après-midi

Samedi et dimanche : 8h00-12h30

Lundi du Jeûne fédéral comme un dimanche

## **LES MANIFESTATIONS DE L'ASSOCIATION DE L'EPICERIE**

### ***Marché artisanal de la Commission Culturelle de Lonay***

#### ***Samedi 10 septembre 9h00-16h00***

Nous recherchons un ou deux bénévoles pour tenir le stand de l'Association de l'Epicerie au marché artisanal.

Nous proposerons quelques produits de l'Epicerie ainsi que la ligne « ZAMKE » des objets d'usage quotidiens en plastique recyclé fabriqué dans un petit atelier de Lomé. Leur vente soutient des emplois créés par Aimée au Togo et le bénéfice ira à FAM (Fondation pour un Avenir Meilleur) une ONG basée à Préverenges pour soutenir son dispensaire.

### ***La Semaine du Goût 2016***

#### ***Vendredi 23 septembre dès 18h00***

Nous vous invitons à découvrir une palette de fruits et légumes frais mixés et servis avec de la glace pilée: venez composer vos "smoothies" les plus colorés, onctueux et inventifs pour un apéro créatif!

## **LES PETITES ANNONCES DE L'ASSOCIATION DE L'EPICERIE**

### ***Recherche de bénévole***

Vous souhaitez vous engager dans l'Association de l'Epicerie ? Vous avez envie de devenir bénévole ? Vous pouvez vous engager régulièrement ou occasionnellement ? A la vente ou à d'autres tâches ? Contactez-nous pour trouver votre place dans notre dynamique association.

L'Association de l'Epicerie a une page « Facebook » et elle vous informe régulièrement des activités, des arrivages ou des nouveautés de votre Epicerie. Likez, likez !

# LES LEGUMES DES FRERES ROSSIER

C'est en 1989 que Denis et Christian Rossier ont repris l'exploitation à Denges. Ils augmentent les surfaces et montent des serres froides et ils exploitent une surface de 3,2ha de pleine terre et 0,24 ha de tunnel.

Leur slogan est « toujours en santé avec les légumes Rossier » et ils ouvrent le marché à la ferme chaque mardi et vendredi de 15h30 à 18h00.

Ils sont également au marché de Morges les mercredis et samedis.

Ils sont membres des marchés durables dès 2008 et membres des Jardins d'Ouchy depuis 2009.

Et c'est presque chaque jour qu'ils livrent à l'Epicerie de Lonay les légumes et fruits de saisons suivants :

Batavia, Betterave à salade, Brocoli, Carotte, Céleri branche, Céleri pomme, Chicorée frisée, Chicorée pain de sucre, Chicorée rouge (Trévisé et Palla Rossa), Chou blanc, Chou de Bruxelles, Chou frisé, Chou rouge, Chou-fleur, Chou-pomme (Colrave), Côte de bette, Courge, Courgette, Epinard, Fenouil, Fraise, Haricot vert, Laitue iceberg, Laitue pommée, Laitue romaine, Lollo, Navet de printemps, Oignon, Persil, Poireau, Radis , Rampon/Mâche, Rave d'automne, Rhubarbe, Scarole plate et frisée, Tomates

ROSSIER FRÈRES

Place du Tilleul 1

1026 Denges

# LES GLACES DE LOOM

La production des spécialités glacées est assurée par François et son équipe.

Les produits sont fabriqués de façon artisanale en s'inspirant des recettes de l'ancien glacier, « la Gelateria artisanale 1900 ».

Pour l'élaboration de leurs glaces artisanales, le lait est pasteurisé par leurs soins, ce qui leur permet la qualité, la texture et le goût de leurs produits.

Pour les sorbets, ils utilisent des produits frais en fonction des disponibilités saisonnières. C'est ainsi qu'ils privilégient les fournisseurs locaux.

Je vous recommande un détour par le sésame noir et la menthe aux éclats de chocolat... A déguster également dans leur magasin sous-gare, au boulevard de Grancy 45 à Lausanne, ou dans le Carrettino quelquefois à Morges...

Mais parlons aussi arômes et parfums et voilà la palette des glaces

Amandes	Fior di latte	Pinolo (pignons)
Azuki (haricots rouges)	Fleur d'oranger	Poivre du Népal
Bacio	Giandua	Raisinée
Bananes	Gingembre	Safran
Cannelle	Jamaïque	Sésame noir
Caramel salé	Kirsch	Sésame blanc
Cardamome (Kulfi)	Macha (thé vert)	Speculos
Chinotto	Marrons	Stracciatella
Chocolat	Menthe aux éclats de	Torroncino (nougat)
Chocolat piments	chocolat	Vanille
Curcuma	Moka	Violette
Curry	Noisettes	Yoghurt (nature ou
Eau de rose	Noix de coco	myrtilles)
Fée verte	Pistaches	Yuzu

## Et des sorbets

Ananas	Framboises	Mandarines
Baies des bois	Fruits de la passion	Mangues
Basilic	Gingembre	Pamplemousses roses
Cassis	Groseilles	Papayes
Cerises	Lait de coco	Poires
Chocolat noir	Lapsang-Souchong	Pruneaux
Citrons	Limes	Rhubarbe
Fraises	Lychees	Uva (raisins)