Les paniers de légumes AU BANC D'ESSAI

Pas le temps de faire le marché ? Une solution : commander sur le net des paniers de légumes et fruits frais produits dans la région. Mag2Lyon a demandé au consultant culinaire Alain Alexanian de tester cinq paniers.

C'est la tendance du moment. Le concept séduit les citadins pressés qui recherchent une alimentation saine. A Lyon, une dizaine de sites vendent en ligne des légumes et fruits de saison produits par des producteurs locaux. C'est selon eux l'assurance de manger des produits frais et de qualité. Mais aussi de valoriser l'agriculture paysanne locale. A Mag2 Lyon, on a testé cinq sites qui proposent des paniers de légumes et fruits bio ou non. Certains livrent à domicile, d'autres dans des points relais (commerces, gares routières...), voire sur le lieu de travail. Mais tous ont un point commun : ils sont sans abonnement. On a également choisi de faire ce test en automne, période où l'on a le plus de chance de pouvoir manger des produits de saison, cultivés dans la région.

Pour réaliser ce test, on a demandé à Alain Alexanian, ancien chef étoilé lyonnais et grand spécialiste des légumes, de tester la fraîcheur et la qualité de ces paniers.

Le résultat est positif. Les produits sont dans l'ensemble de qualité, de saison et surtout locaux. Seul bémol : certains légumes ont sans doute été cueillis depuis plusieurs jours, d'où parfois un manque de fraîcheur. De plus, les tomates ne devraient pas être proposées car ce n'est pas la saison.

LES PANIERS DE MARTIN 16/20

Le site ne propose que des produits bio, cultivés par une dizaine de producteurs certifiés ou en conversion situés dans les Coteaux et Monts du Lyonnais, mais aussi en Isère, Drôme et Ardèche. Autre particularité : le site vend des paniers surprises, c'est-à-dire qu'on ne connaît pas à l'avance le contenu, déterminé par les producteurs en fonction de leur récolte. Les paniers varient donc toutes les semaines. Au total, on a le choix entre trois tailles de paniers, de 8 à 25 euros. Et la livraison se fait sur 18 points relais sur Lyon, et dans l'agglomération. A noter qu'on peut acheter d'autres produits locaux comme de la viande, des fromages... Par ailleurs, le site propose à ses clients des visites et dégustations chez les exploitants tout au long de l'année. Paiement à la livraison. www.lespaniersdemartin.com

Le test : On a choisi le panier Solo : batavia, petites prunes, courge butternut, courgettes, tomates, et carottes. Le panier arrive en tête du classement pour la fraîcheur des produits et leur qualité. Alain Alexanian a adoré les petites prunes cueillies sans doute la veille, la courge butternut délicatement parfumée, et les carottes pour leur très belle couleur. La salade est aussi très fraîche, contrairement à celles des autres paniers testés. Autre bon point : l'excellent rapport-qualité prix pour du bio : 8 euros (+ 5 euros de consigne).

POTAGER CITY 15/20

Potager City propose des paniers de légumes et fruits qui sont à la fois issus de l'agriculture biologique, raisonnée et fermière. Le site s'approvisionne chez des producteurs du Rhône (Taluyers, Mornant, Saint-Georges-de-Reneins...), de l'Ain et de la Haute-Ardèche. A noter que certains fruits ou légumes proviennent aussi de coopératives étrangères labellisées en agriculture bio ou en commerce équitable. Chaque semaine, le site propose quatre sortes de paniers (fruits ou légumes, mélange du jardin, jus'Bio...) qui vont de 15,9 à ■■■

"SEUL BÉMOL : CERTAINS LÉGUMES ONT SANS DOUTE ÉTÉ CUEILLIS DEPUIS PLUSIEURS JOURS, D'OÙ PARFOIS UN MANQUE DE FRAÎCHEUR."

"LE CHOU-FLEUR A UN BEL ASPECT ET LES POMMES DE TERRE S'ÉPLUCHENT À LA MAIN. PREUVE DE LEUR FRAÎCHEUR."

29,9 euros. La livraison se fait dans des points relais au centre de Lyon, dans l'agglomération, et sur son lieu de travail. Paiement en ligne. www.potagercity.fr

Le test : On a choisi le "Mélange du jardin" : fraises Mara des bois, poires Beurré Hardy et Louise, pommes Golden rosé, chou-fleur, botte de carotte fanes, pommes de terre Safrane, et salade Reine des glaces. Une bonne note également pour ce panier dont les produits sont très frais, et surtout originaux. Comme les deux variétés de poires, jugées "excellentes" par Alain Alexanian. Le chou-fleur a un bel aspect et les pommes de terre s'épluchent à la main. Preuve de leur fraîcheur. Seule la salade est un peu flétrie. Les fraises sont bonnes mais on sent que ce sont les dernières de la saison. Le petit plus : la fiche recette et conseils de conservation donnée dans le panier. Bon rapport qualité-prix : 15,9 euros le panier (4 à 5 kg).

MARÉCHAL FRAÎCHEUR 15/20

Ce site en ligne a été créé par la famille Maréchal, maraîcher à Vancia, aux portes de la Dombes. Le site propose une grande sélection de fruits et légumes de saison produits dans un rayon de 250 km autour de Lyon. On a le choix entre six paniers, dont le contenu est connu d'une semaine à l'autre. Certains paniers contiennent en plus des préparations à base de légumes (soupes, caviar d'aubergine...) conçues par des artisans de la région. Le panier est vendu entre 12 et 23,50 euros. A noter que le site vend aussi des fruits ou légumes en cagettes de 5 kg pour réaliser confitures et conserves. Seul bémol, il n'y a pas de livraisons sur Lyon, les 13 points relais sont situés uniquement en agglomération. Paiement en ligne. www.marechal-fraicheur.fr

Le test : On a choisi le panier mini : tomates cerises, tomates rondes, salade Reine des glaces, persil frisé, raisin noir Muscat, prunes Président, courgettes, céleri boule et pêche blanche. Le petit plus : une coloquinte décorative en cadeau. Ce panier arrive 2e ex-aequo pour son bon rapport qualité-prix, à 12 euros, et sa fraîcheur. Alain Alexanian a particulièrement aimé les petites tomates cerises parfumées, contrairement aux tomates rondes, jugées sans intérêt. "Normal", selon lui car ce n'est plus la saison. Autre point positif : les prunes noires de gros calibre, le raisin noir extra-frais car très brillant, et le persil bien vert et odorant.

A DEUX PAS DES CHAMPS 14/20

Cette structure a été créée par l'association Insertions et Terroirs qui regroupe une trentaine de producteurs de la région, mais aussi diverses missions locales qui soutiennent l'agriculture paysanne et l'insertion sociale. Tous les producteurs ont signé une charte dans laquelle ils s'engagent à fournir des produits frais, parfois récoltés la veille de la livraison. La plupart sont situés dans le Rhône, mais aussi en Ardèche, en Drôme, en Isère et dans la Loire. Autre particularité de la structure : on peut acheter à l'unité ses fruits et légumes, ou alors choisir entre les trois sortes de paniers vendus à 10 et 15 euros. Là aussi, c'est la surprise, car le contenu est déterminé par le maraîcher en fonction de sa récolte. Quant à la livraison, elle se fait en points relais à Lyon et son agglo, mais aussi en entreprise. De plus, on peut acheter sur le site d'autres produits locaux comme des œufs, de la viande, du vin, du fromage... Paiement à la livraison.
www.adeuxpasdeschamps.com

Le test : On a choisi le petit panier varié : salade de chêne, tomates, courgettes, haricots verts, pommes de terre et chou-rave. Le panier est jugé un peu trop basique, même si les légumes sont tous de saison et de qualité. On voit que la production

LES PANIERS SOLIDAIRES

Certaines associations comme les AMAP (Association pour le maintien d'une agriculture paysanne) défendent, elles, le principe d'une "consommation militante". Le principe du panier de légumes est le même, sauf qu'il faut s'abonner à l'année, c'est-à-dire payer à l'avance. Ce système permet de soutenir les producteurs locaux. D'autres associations comme les Jardins de Cocagne ont une mission d'insertion sociale et professionnelle. Les jardins sont en fait cultivés par des personnes en situation précaire. Là encore, il faut s'abonner à l'année pour pouvoir recevoir chaque semaine son panier de légumes. Rens : www.reseau-amap.org, et www.reseaucocagne.asso.f

"Une tendance de fond"

Auteur du "Guide du locavore"*, Anne-Sophie Novel explique pourquoi ces paniers de légumes ont autant de succès auprès des citadins.

La vente de paniers de légumes locaux sur internet, c'est nouveau ?
Anne-Sophie Novel : Le concept existe depuis trois-quatre ans, mais il explose aujourd'hui dans les grandes villes. Et pour moi, ce n'est pas un effet de mode, mais une vraie tendance de fond, qui a d'ailleurs donné naissance au phénomène des locavores.

Qu'est-ce qu'un locavore ?
C'est une personne qui consomme des produits alimentaires uniquement locaux, c'est-à-dire cultivés dans un rayon de 200 km autour de chez elle. L'idée, c'est bien sûr de manger mieux, c'est-à-dire plus sainement, mais aussi de connaître la traçabilité des aliments. A cela s'ajoute une démarche écologique car on réduit ainsi l'impact carbone causé par les transports, et sur le plan économique, on soutient les producteurs de sa région.

DR

Quel est le profil d'un locavore ?
Il n'y a pas de profil. Car tout le monde peut l'être, à différents niveaux. Il y a des écologistes convaincus bien sûr, mais aussi des personnes qui veulent consommer différemment. En plus, acheter des produits locaux, ça permet de faire des économies.

Mais comment être certain que les produits sont bien locaux ?
Il ne faut pas hésiter à poser des questions aux producteurs. Car ce qui est important, c'est aussi d'aller à leur rencontre pour les soutenir dans leur démarche.

* Editions Eyrolles.

est locale car les légumes ne sont pas calibrés. Seul regret : le manque de fraîcheur des haricots verts et des courgettes, dont l'extrémité a un peu noirci. Par contre, une bonne note pour les pommes de terre qui n'ont même pas besoin d'être épluchées, et la salade de jardin bien brillante. Rapport qualité-prix correct : 10 euros.

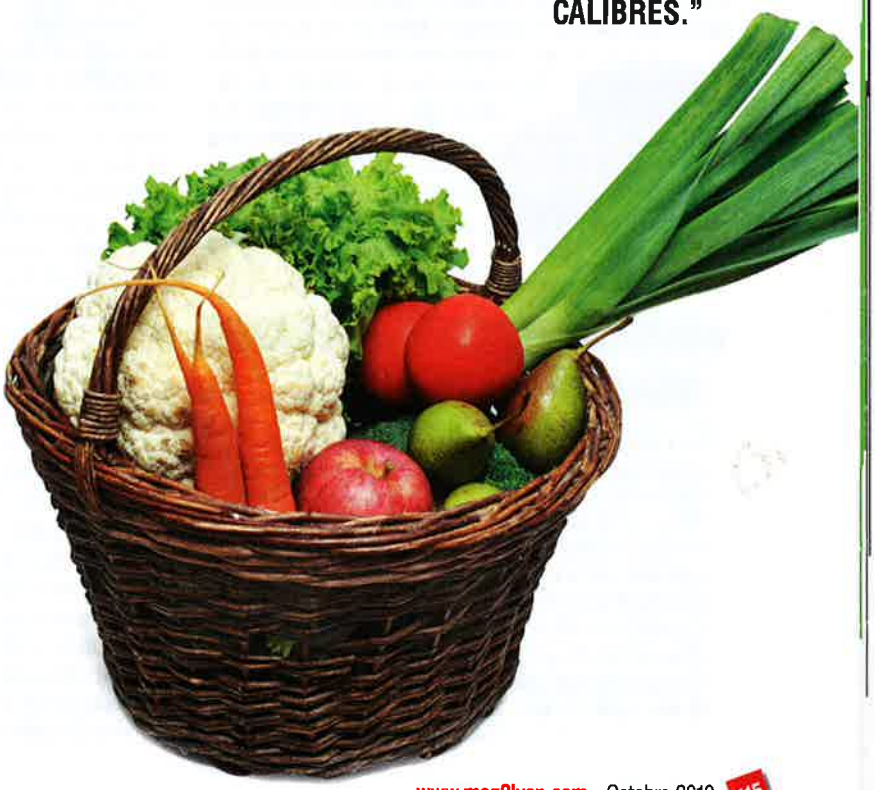
P'TIT MARCHÉ 10/20

Le plus de ce site en ligne, c'est sa livraison à domicile en 24h. Très pratique. Les producteurs locaux sont originaires du Rhône : Ampuis, Dracié, Cailloux-sur-Fontaine... Mais le site fait aussi appel à des coopératives étrangères en agriculture raisonnée pour certains fruits et légumes (orange, kiwi, citron...). Il propose trois types de paniers : l'Ecolo à base de légumes et fruits de saison locaux, le Vitamine + qui comprend un large choix de fruits et de légumes riches en apport énergétique, et enfin l'Aventurier composé de produits peu consommés comme la grenade. Mais on peut aussi concevoir soi-même son panier en achetant des fruits et légumes à l'unité. On peut même ajouter des produits laitiers, de la compote, ou des confitures. Compter entre 14 et 38 euros le panier de légumes et fruits. Mais il faut rajouter 2,5 euros pour la livraison. Paiement en ligne. www.ptitmarche.com

Le test : On a choisi le petit panier Vitamine + : nectarines jaunes et plates, orange d'Espagne, kiwi de Nouvelle-Zélande, poireau, brocoli, salade de chêne brune, ciboulette, pomme de terre Chérie. Le panier arrive dernier car la fraîcheur n'est pas au rendez-vous. "Normal" pour Alain Alexanian car la livraison en 24h ne permet pas une cueillette la veille. Du coup, poireau, carottes et blettes ont perdu de leur craquant, car on peut les tordre facilement. Quant aux fruits, les nectarines plates sont trop dures, et les jaunes sont talées. Le kiwi de Nouvelle-Zélande n'a pas sa place dans ce panier, étant donné qu'on peut en trouver dans le sud de la France. Par contre, la ciboulette est extra-fraîche, et la salade très ferme. Rapport qualité-prix moyen : 16,5 euros (avec la livraison).

Dossier réalisé par STÉPHANIE PIOUD

"ON VOIT QUE LA PRODUCTION EST LOCALE CAR LES LÉGUMES NE SONT PAS CALIBRÉS."



PHOTOS © ERIC SOUDAN / ALPACA