



MON COMPTE

ANNONCES

NEWSLETTER

LIBRAIRIE

✉ CONTACTEZ-NOUS

Login

mot de passe

VALIDER

Mot de passe perdu ?

Reportages

- Actualités
- Portraits
- Territoires
- Vivre simplement
- Points de vue

Qui sommes-nous ?

- L'équipe
- Nos activités
- Nos partenaires
- Pour venir nous voir
- Les sites amis

Boîte à outils

- Pour vous installer
- Elus, animateurs
- Vos commandes
- Espace presse



Le Kiosque écolo

Accueil > Lundi 22 Septembre 2014

Trouver Village en kiosque



La campagne en camping-car

Actualités > Points de vue > La campagne en camping-car

La princesse au petit pois cuisine sans gluten



Bénédicte Sauvage habite le village de Daux (31) et pratique la cuisine ambulante sans gluten.

Elle mélange, mixe et marie sous les yeux des passants curieux, les saveurs de légumes et ingrédients bio... dans une caravane verte baptisée Petit Pois.

Une caravane vert Petit pois sur le marché de Blagnac (31), cela ne passe pas inaperçu ! Les clients font la queue pour commander la cuisine de Bénédicte Sauvage aidée par sa fille Jeanne (15 ans).

« **Je suis une fidèle de chez fidèle, c'est très bon et original** » s'exclame joyeusement Marika. La vitrine abrite des tartes, galettes et gâteaux aux textures et associations improbables : le flake ciboule-comté (entre le flan et le cake), le brownie betterave-chocolat.

« C'est délicieux ! Moi normalement je n'aime pas la betterave, mais là... On découvre des associations de goûts qu'on n'aurait jamais osé faire. Tiens c'est comme les blettes, d'habitude ce n'est pas terrible les blettes, mais dans la tarte aux blettes - cantal - noix, j'aime. » soutient avec entrain Martine.

Avec son bandeau à petits pois et son tablier « petites cerises », Bénédicte Sauvage semble toujours avoir fait ça. Pourtant, cette cuisinière au look années 60 a été professeure des écoles. Quinze années au service de l'Education nationale.

« Quand j'ai mis pour la 1ère fois le réveil à 5h30 pour aller au marché le samedi j'étais ravie. Ça ne m'était jamais arrivé pour aller à l'école ! »

Bénédicte a posé une disponibilité (d'un an renouvelable jusqu'à dix ans au total dans sa carrière). Intolérante au gluten, elle s'est aperçue qu'il n'existait pas de cuisine à emporter adaptée. La prof végétarienne tenait là son équation gagnante : **légumes de qualité + créativité + zéro gluten = cuisine originale, inventive et goûteuse.**

Une caravane rouge observée sur un marché lui donne l'idée de la caravane... verte. Parce qu'elle « aime cette couleur » tout simplement. Le bouche-à-oreille dans son village de Daux fonctionne, et Bénédicte récupère une vieille

RECHERCHER

Votre panier

○ 0 article
○ 0,00 €

Partenaires

DONNEZ DU SENS à votre vie pro... nature

demeter agriculture biodynamique

NATURE & PROGRES Pour notre santé et celle de la Terre

choisir-la-vie-cantal.fr 3 jours en octobre

la bergerie nationale

Nos blogs et forum Le Forum de l'installation à la campagne

Le blog de L'Acteur Rural

caravane sur un camping, 43 ans d'âge, qu'elle baptise Petit Pois. « Petit pois c'est poétique, et puis la caravane... c'est un gros poids » lance t-elle en rigolant.

Anticiper les envies spontanées

A 10h30, les huit tables colorées « en terrasse » sont toutes occupées. Certains commandent déjà la soupe froide aux courgettes tandis que d'autres expriment leur déception. « Alors vous n'avez plus d'orties ? Moi j'attendais ma tarte ». Les orties fleurissent. C'est la difficulté avec les produits de saison. « **Avec les beaux jours et le printemps, les gens veulent des tomates, des carottes, alors que c'est la saison des blettes et des épinards. Je fais donc un gâteau aux épinards pour surprendre !** »

Deux fois moins d'argent mais deux fois plus de plaisir

Bénédicte fonctionne avec trois producteurs dont deux habitent près de chez elle. Elle se fournit en légumes trois fois par semaine. « Les légumes sont ramassés le matin et je les cuisine l'après-midi. C'est ce qui fait la différence. » Elle commande les ingrédients (bio) avec une commerçante, ce qui lui permet de diminuer les coûts.

Bénédicte n'a jamais « perdu d'argent » sur l'activité. « La 1ère année, j'ai gagné 500 euros par mois. Au bout de deux ans, je n'avais plus d'économie, et actuellement je gagne 1000 euros net (charges déduites). Prof je gagnais 2000. Je travaille donc 2 fois plus pour gagner 2 fois moins. Mais je m'éclate ! »

Après 2 ans, Bénédicte vient d'arrêter la vente de ses produits dans son village à Daux : « **cela ne marchait pas. Trop petit pour ce type de cuisine.** » Le vendredi, elle essaie désormais **La ruche qui dit oui !** Bénédicte butine en alternance sur la ruche de Pibrac (ouverte depuis avril 2014) et celle d'Aucumville.

Elle limite ses déplacements à un rayon de 20 km pour les marchés et l'évènementiel, tels les baptêmes ou des lendemains de mariage : « rien de tel que des légumes! »

Petit Pois Traiteur soupes, tartes, cakes, galettes, desserts

Mercredi : marché de Pibrac
Jeudi : Saint Martin du touche, en face d'Air bus
Vendredi : vente directe producteurs- consommateurs via La ruche qui dit oui à Pibrac ou Aucumville
Samedi : marché de Blagnac

Tél: 06 62 12 33 99
www.caravane-petitpois.fr

Elle approvisionne la Ruche

La Ruche qui dit oui est un réseau en pleine expansion en France : en juin 2014, 495 ruches sont ouvertes et 182 sont en construction. Le concept a germé dans une petite bourgade de Haute Garonne, au Fauga, en 2011.

Le mouvement a pour objectif de soutenir l'agriculture paysanne, favoriser le lien social de proximité, et afficher des relations commerciales transparentes sur les marges et rémunérations.

Un responsable de ruche, un particulier, organise à son domicile la distribution entre les fournisseurs et les membres de la ruche. La ruche prend 16,7 % de commission, dont 7,9 % sont redistribués au responsable de la ruche.

Bénédicte Sauvage propose ses recettes sans gluten et apprécie « la mise en relation avec le consommateur, et le système sécurisé de commandes prépayées sur leur site. On sait ce qu'on doit préparer à l'avance et on est sûr d'être payés. Et puis, la ruche permet de se faire connaître. »

L'ESPRIT Village

- En Kiosque
- Hors série
- Archives

Vous abonner à
L'ESPRIT Village
cliquez ici...



- Abonnements
- Livres, documents...

 **DATE :** 11 Juin 2014
AUTEUR : Ingrid Seure

 **Ajouter au panier** Prix : **0,00 €**

[< Page précédente](#) [haut](#)