



LE MONDE MAGIQUE DES ALIMENTS



Octobre 2017 : Le commerce équitable



Poulet à l'ananas et au lait de coco



Ingrédients pour 4 personnes:

- 3 blancs de poulet coupés en dés
- 1 ananas frais fairtrade et 20cl de jus d'ananas
- 1 petite boîte de lait de coco fairtrade
- 1 oignon émincé
- Coriandre, curry, sel, poivre
- Huile d'olive



Préparation:

- Faire revenir l'oignon et le poulet dans un wok jusqu'à ce que le poulet brunisse.
- Ajouter 4 tranches d'ananas coupées en cubes et laisser caraméliser.
- Ajouter le jus d'ananas progressivement pour que la sauce prenne.
- Ajouter le lait de coco, le curry, la coriandre, le sel et le poivre selon votre goût.
- Servir avec du riz fairtrade! Bon appétit!

Le sais-tu?

Le commerce équitable est un **partenariat** entre un producteur et un acheteur. C'est une façon de vendre et d'acheter des marchandises qui est plus respectueuse et plus juste.

En tant que consommateurs « du Nord », tu soutiens les producteurs « du Sud » quand tu achètes des produits équitables. En effet tu permets alors de créer des emplois respectant les droits des travailleurs, de garantir un salaire juste aux producteurs, de préserver l'environnement, d'envoyer les enfants à l'école, de permettre aux producteurs de se faire soigner si ils sont malades,...



LEXIQUE

Fair-trade: c'est la traduction anglaise de commerce équitable

Commerce équitable : c'est un commerce conçu pour assurer une juste rémunération à des producteurs des pays pauvres afin qu'ils puissent développer leur activité à long terme et améliorer leur niveau de vie. Il contribue au développement durable.

UN GESTE POUR LA PLANETE



TCO Service veut aussi contribuer à la démarche du commerce équitable en intégrant des produits labellisés fair-trade dans les menus. www.tcoservice.com

TCO Service travaille sur la provenance des bananes, de certains biscuits et de céréales. Etant donné le nombre d'enfants qui mangent nos repas par jour, cela fait un grand geste pour la planète.