



Valence, le 10 novembre 2023  
Communiqué de presse

## Agriculture-Alimentation

# En novembre, (re)découvrons le pois chiche

Dans le cadre de sa politique de soutien au développement de filières agricoles durables et d'accompagnement des producteurs locaux, Valence Romans Agglo organise la 1<sup>re</sup> édition de l'opération (Re)découvrons le pois chiche dans les restaurants scolaires.

En novembre, Valence Romans Agglo encourage les chefs des restaurants scolaires de son territoire à cuisiner cette légumineuse en leur fournissant des pois chiches bio et locaux, cuits et conditionnés sous vide par la légumerie AB Epluche, ainsi qu'un livret de recettes. Une opération organisée avec de nombreux partenaires\*.

### Pourquoi le pois chiche ?

>**Il est cultivé dans la Drôme** : 420 ha dont 140 ha en agriculture biologique pour une production d'environ 150 tonnes. En 2021, la production de pois chiches est de 30 000 tonnes sur 20 000 ha en France ;

>**C'est une culture respectueuse de l'environnement** : les plants de pois chiches, comme tous les légumes secs (lentilles, haricots rouges, pois cassés...) sont capables de fixer l'azote de l'air, de l'utiliser pour leur croissance puis de le restituer au sol, le rendant disponible pour la culture suivante. Ils nécessitent donc peu ou pas d'engrais et génèrent moins d'émissions de gaz à effet de serre que les autres productions et que l'élevage. Autre avantage pour les agriculteurs, c'est une culture adaptée aux climats secs, très peu gourmande en eau.

Manger local et de saison, remplacer certaines protéines animales par des protéines végétales est particulièrement efficace pour réduire l'impact environnemental de notre alimentation. L'apport protéique du repas végétarien peut se faire avec des œufs, des produits laitiers. Il peut être exclusivement végétal en associant des légumineuses (haricots secs, lentilles, pois... dont le pois chiche) et des céréales (blé, épeautre, seigle, avoine, riz, maïs...) ;

>**Il est bon pour la santé** : manger des pois chiches (et des légumineuses en général) permet de diversifier les sources de protéines dont les apports nutritionnels sont complémentaires. Ils sont très riches en protéines et en fibres, sources intéressantes de minéraux (notamment de fer, magnésium, potassium et calcium). Leur indice glycémique est bas. Leur effet rassasiant permet d'éviter les fringales et la surconsommation de sucre. Ils se cuisinent en multiples recettes, originales comme les cookies ou plus traditionnelles comme l'houmous, les falafels... La consommation de pois chiches, en France, est estimée à 250 g/habitant/an ;

### Contact presse

Service Communication | 04 75 81 30 38 | [communication@valenceromansagglo.fr](mailto:communication@valenceromansagglo.fr)  
[valenceromansagglo.fr](http://valenceromansagglo.fr) et suivez nous sur



>Il est bon pour le porte-monnaie... et pour l'économie locale : le pois chiche est peu onéreux, ce qui permet, avec les économies réalisées, de consommer parallèlement de la viande de bonne qualité, produite localement.

Dans le cadre de cette mise à l'honneur du pois chiche, l'Agglo a conçu plusieurs supports qui seront distribués en novembre :

- >un livret comportant cinq recettes à base de pois chiches adaptées aux tout-petits, mis à disposition des familles dans les crèches de l'Agglo ;
- >un livret de trois recettes (entrée, plat, dessert) offert aux enfants des restaurants scolaires participant à l'opération (Re)découvrons le pois chiche, afin qu'ils puissent en faire profiter toute leur famille ;
- >un cahier d'une vingtaine de recettes adaptées à la restauration collective, remis aux chefs cuisiniers, afin de les aider à proposer des menus savoureux et originaux.

Cette opération s'inscrit dans deux programmes portés par Valence Romans Agglo :

- > le Projet agricole et alimentaire durable de territoire, qui s'articule autour de 4 axes : faciliter la préservation des espaces agricoles et le renouvellement des générations d'agriculteurs (une 2<sup>e</sup> soirée Installation Transmission aura lieu le 14 novembre à Châteaudouble) ; renforcer le lien offre – demande au sein des filières courtes, locales et durables ; généraliser la consommation de produits locaux et de qualité pour tous ; valoriser les initiatives, avec, par exemple, la création de la marque alimentaire « Toqué du local » pour promouvoir les acteurs locaux des circuits courts ;
- > la protection de la ressource en eau par la mise en place de filières agricoles à « bas niveau d'impact » sur sa qualité et sa quantité.

\*Une expérimentation organisée par l'Agglo en partenariat avec Agribiodrôme, Agricourt, AB Epluche, Ceresco, la Chambre d'agriculture de la Drôme, le Cluster bio et le Département de la Drôme avec le soutien financier de l'Agence de l'eau, de la Préfecture de Région et de France Relance.

**Contact presse**

Service Communication | 04 75 81 30 38 | [communication@valenceromansagglo.fr](mailto:communication@valenceromansagglo.fr)  
[valenceromansagglo.fr](http://valenceromansagglo.fr) et suivez nous sur

