

# S'engager pour mieux produire

En tant que distributeur, nous occupons une place cruciale entre les producteurs et fabricants d'un côté, et les consommateurs de l'autre. Il est de notre rôle de nous impliquer pour réduire l'impact de toute cette chaîne de valeur.

C'est pourquoi **Auchan s'engage aux côtés de ses producteurs partenaires pour valoriser les meilleures manières de produire,** pour vous permettre de sélectionner dans nos rayons des produits plus respectueux de l'environnement.

# Réduire notre empreinte climatique

Auchan s'engage à réduire l'impact de la production directement à la source. Cette réduction se traduit par des actions concrètes, de la ferme de nos producteurs jusqu'aux rayons de nos magasins.





#### Améliorer les recettes et les méthodes de fabrication

Nous accompagnons de près le processus de transformation industrielle pour vous proposer des produits plus sains à mettre dans vos assiettes.



#### Privilégier l'économie circulaire et les emballages alternatifs

Partout où nous le pouvons nous adoptons des solutions durables : réduire le suremballage, réutiliser nos contenants, ou quand ce n'est pas possible, les recycler.

# Les 5 leviers pour réduire son impact sur le climat

# Comment agir concrètement pour réduire notre impact?

Afin de réduire nos émissions efficacement, nous devons avant tout comprendre où et comment intervenir. Alors chez Auchan, nous avons pris le temps d'étudier la question afin d'y apporter les réponses adaptées.

Nous avons identifié 5 leviers pour réduire les émissions de gaz à effet de serre sur tout le cycle de vie des produits, depuis leur production jusqu'à leur arrivée en magasin.

En valorisant l'adoption de bonnes pratiques chez l'ensemble de nos partenaires, nous participerons à réduire les émissions sur la production en elle-même, mais aussi sur la transformation industrielle des produits leur transport et leur emballage.



### Adopter les énergies renouvelables

Nous encourageons nos producteurs partenaires à utiliser des sources d'énergies décarbonées pour réduire leurs émissions de CO2.



# Opter pour de nouvelles solutions de transport

Nous travaillons sur des solutions d'acheminement innovantes pour réduire l'empreinte climatique des produits que nous distribuons.



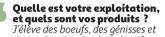




Le saviez-vous?

Pour accompagner nos partenaires Cultivons le Bon, comme Christine, dans l'amélioration des pratiques agricoles, Auchan leur finance l'accès à un outil d'analyse conçu en partenariat avec l'INRAe (institut national de recherche pour l'agriculture, l'alimentation et l'environnement), qui a pour objectif de mesurer les impacts environnementaux, tels que les émissions de gaz à effet de serre, la qualité de l'eau, de l'air ou la biodiversité, des différentes productions issues d'exploitations agricoles françaises.

Nous rencontrons Christine, son exploitation fait partie des 125 fermes partenaires qui prendront part au programme mis en place par Auchan pour mesurer les émissions de gaz à effet de serre liées à leurs productions!



J'élève des boeufs, des génisses et des vaches. La viande de bœuf que je produis est labellisée Agriculture Biologique et est commercialisée par Unébio dans les magasins Auchan.

#### Pourquoi ce choix de produire BIO?

Par conviction! C'est une prise de conscience par rapport à la planète: l'approche bio permet à la fois d'améliorer le bien-être animal tout en respectant la planète, et en renouvelant l'écosystème et la flore.

# Concrètement, quelles méthodes utilisez-vous pour travailler en bio sur votre exploitation?

Par exemple, j'ai mis en place le pâturage tournant : mes prairies sont découpées en petites parcelles, les animaux restent 48h dans une parcelle puis sont déplacés dans la suivante. Ainsi, les petites parcelles sont mieux fertilisées par les animaux : elles se renouvellent plus rapidement sans apport d'engrais chimique, et les animaux ont de l'herbe verte toute l'année!

#### **Qu'espérez-vous améliorer, pour l'avenir ?** *Pour les sols, il faudra ré-implanter ou*

Pour les sols, il faudra ré-implanter ou planter des arbres. Grâce à leurs feuilles, ils apportent de la matière organique et protègent les sols de l'érosion. Pendant les périodes de sécheresse, ils protègent les prairies et apportent de l'ombrage pour les animaux.



Et au niveau des méthodes de production ?

L'énergie qu'on consomme sur la ferme c'est une préoccupation du quotidien : il faut avoir les outils mécaniques nécessaires pour nous faciliter le quotidien, sans pour autant se suréquiper. Les déchets de la ferme pourront aussi continuer à être rationalisés : par exemple lorsqu'on récolte du fourrage et qu'on l'enroule avec du film plastique (l'enrubannage), on génère du plastique, c'est un point qui peut être encore amélioré.

77

# Objectifs 2030!

#### Réduire de 25% les émissions de CO2 liées aux produits que nous vendons.

Grâce aux leviers que nous avons identifiés, nous adoptons une vraie démarche de progrès.

Depuis le choix des recettes de production jusqu'au transport des produits finis, en passant par les choix énergétiques et la transformation industrielle des produits: c'est à tous les niveaux que nous devons agir pour l'avenir.

# Améliorer l'empreinte climatique de mon panier

Auchan vous présente quelques astuces simples et efficaces pour réduire l'empreinte climatique de votre panier tout en vous faisant plaisir.

#### Favorisez l'agroécologie

L'agroécologie inclut différentes pratiques qui préservent mieux les sols et permettent une production sans pesticides de synthèse. Elle est identifiable par des labels, rendez-vous au dos pour les découvrir!

#### Choisissez local ou madein-France

Évitez à vos produits de parcourir de la distance inutilement en vous tournant vers une production aussi locale que possible.

# Optez pour moins, mais mieux

Manger de la viande en réduisant son empreinte climatique, c'est possible! Privilégiez des viandes sous label de qualité et locales, et diminuez la quantité de viande que vous consommez en choisissant une alternative végétale 1 repas sur 4.

#### Préférez les produits bruts

Les produits non transformés contiennent moins d'ingrédients et consomment moins d'énergie lors de la production, que du bon!

#### Respectez la saisonnalité des produits

Manger des tomates en hiver, c'est terminé! Préférez des produits locaux, et de saison!

#### Privilégiez le vrac

Avec le vrac, moins d'emballage! C'est une manière efficace de réduire vos déchets en optant pour la juste quantité dont vous avez besoin!

# Fruits et légumes de s£ison !

## Février



Panais
Betterave
Choux (tous types)
Carottes
Poireau
Céleri-rave
Patate douce
Pomme de terre
Courge butternut
Endive
Navet

Kiwi Citron Grenade Poire Pomelo Ananas Banane Pomme Orange Kaki Clémentine





## De délicieuses protéines végétales!

Améliorez l'impact climatique de votre assiette en y intégrant davantage de protéines végétales. Les légumineuses (lentilles, haricots, pois chiches), oléagineux (noix, amandes) sont riches en fibres, débordent de vitamines et sont d'excellentes sources de protéines!

Libérez votre créativité en cuisinant des protéines végétales dans vos plats, sans perdre une miette de gourmandise.

Et pour gagner du temps, tournez-vous vers les savoureux plats déjà préparés Auchan, variés et super gourmands!

Découvrez notre sélection de recettes végétales pour varier les plaisirs !



3€

Panés gourmands Auchan épinards et fromage

2 pièces - 180g Soit 17.78€/kg

## 100% gourmand!



#### Le burger au pané gourmand épinards fromage

Vous adorez les burgers ? Nous aussi!

Variez les plaisirs avec une recette gourmande de burger à préparer à la maison.

#### <u>Ingrédients</u>

- 4 pains burger aux graines 1 bocal de chou rouge mariné 4 panés gourmands Auchan épinards et fromage 1 pot de Guacamole 1 petit oignon rouge 1 pot de fromage frais aux herbes 1 avocat 1 sachet de jeunes pousses d'épinards
- 1. Émincez l'oignon, et coupez l'avocat en fines lamelles.
- 2. Toastez les pains burgers, et faites revenir les panés gourmands Auchan épinards et fromage en suivant les instructions du paquet.







- Facile
- 30min 4 pers.
- **3.** Tartinez les pains burger avec le fromage frais.
- **4.** Montez les burgers : commencez par le choux, puis ajoutez le pané gourmand, le guacamole, les tranches d'avocat, les jeunes pousses d'épinards et terminez par l'oignon rouge émincé.
- **5.** Refermez les burgers, et servez!

# **A**nti-gaspi

#### Ensemble, luttons contre le gaspi!

Rendez-vous dans le corner anti-gaspi de votre magasin pour retrouver des produits dont la date limite approche, ou dont le conditionnement a été un peu abîmé. Ils sont parfaitement conservés et vendus à prix tout doux. Faites-vous plaisir en contribuant à la lutte contre le gaspillage alimentaire!





# Le batch cooking, qu'est-ce que c'est?

Ce terme anglais désigne une séance de cuisine qui vous permet de réaliser plusieurs plats d'un seul coup - voire même tous les plats de votre semaine. Cette méthode vous permet de faire des économies en réduisant votre empreinte climatique : achetez juste ce dont vous avez besoin et utilisez tous vos ingrédients!

## Économies de temps, d'argent et d'énergie garanties!

En cuisinant tout d'un coup, fini la corvée en semaine et place au temps libre!

On estime qu'à l'année, "batch cooker" permettrait d'économiser suffisamment d'énergie pour faire tourner une machine à laver pendant **380 heures!** 

## Pensez à varier les plaisirs!

Avec un même ingrédient, vous pouvez réaliser plusieurs recettes. De cette manière, pas de risque de vous lasser!

## **Comment ca fonctionne?**

Le mot d'ordre du batch cooking, c'est l'organisation. Pour pouvoir cuisiner 5 ou 10 plats d'un seul coup, vous avez besoin de plusieurs idées de recettes, de tous vos ingrédients et d'accessoires adaptés. Une séance de batch cooking réussie, ça se prépare!

En amont (la veille par exemple), rassemblez quelques idées de recettes. Dans l'idéal, choisissez des recettes qui demandent les mêmes ingrédients, pour utiliser vos produits jusqu'au bout et éviter le gaspillage. Ensuite, faites vos courses dans votre magasin Auchan favori.

Enfin, prévoyez deux ou trois heures pour réaliser toutes vos recettes de la semaine. Laissez-les refroidir après cuisson et conservez-les au réfrigérateur pendant 5 jours maximum (en fonction des ingrédients), ou au congélateur jusqu'à 3 mois.

# 1 ingrédient, plusieurs recettes : Le pois chiche

De l'apéro au dessert, le pois chiche est l'ingrédient caméléon à glisser dans toutes vos recettes, même les sucrées!

Peu d'ingrédients permettent de faire des choses aussi différentes que le pois chiche! Dans vos plats, vous pouvez le manger tel quel : dans un curry de légumes par exemple, il fera des merveilles. Ajoutez-y un twist et il se transforme en délicieux falafels pour accompagner vos spaghettis bolognaise. Un coup de mixeur, un peu de tahini et ta-da: voilà un houmous maison dont vous nous direz des nouvelles.

Le plus: conservez le jus de vos pois chiches égouttés pour remplacer le blanc d'œuf. Battez le jus jusqu'à obtenir la même consistance que les blancs d'œufs, et incorporez-le à vos préparations sucrées. Rien ne se perd et vous réalisez (encore) des économies.

Retrouvez nos recettes autour du pois chiche en scannant ce QR code!





#### **Houmous**

Parfait avec des bâtonnets de carottes ou quelques gressins pour l'apéro!



#### Falafels

Dans une salade avec quelques légumes croquants et une sauce au yaourt!



# Mousse au chocolat

Réutilisez le jus de pois chiche à la place du blanc d'œuf pour en faire une super mousse au chocolat!

# Conservez bien vos préparations

Lorsque vous faites du batch cooking, la conservation est très importante. Déposez vos préparations dans des boîtes de conservation hermétiques, de préférence en verre (plus sain et plus facile à nettoyer).

Choisissez vos boîtes transparentes, pour retrouver facilement un plat, et n'hésitez pas à les étiqueter pour encore mieux vous y retrouver.



# Pour aller + loin!

Découvrez le témoignage d'Emmanuelle, adepte du batch cooking en scannant ce QR code!







Ce label est le fruit de la démarche responsable et transparente d'Auchan. Il salue l'effort quotidien de près de 200 filières pour proposer des produits de qualité, respectueux de l'environnement et de tous les acteurs impliqués dans la chaîne de production.

Nous accompagnons nos partenaires dans la diminution de leurs émissions carbone : pour chaque produit fillière Auchan Cultivons le Bon acheté,

10 cts reversés

en faveur de cette action pour le climat du 21 au 27/02/2023. Découvrez-en plus sur notre démarche Cultivons le Bon en scannant le QR code!



*'* | '

# Des labels pour y voir plus clair

Lorsque vous choisissez un produit dans nos rayons, faites confiance aux labels. Ils valorisent la qualité de la production et vous aident à sélectionner des produits dont l'origine est garantie.

Voici une sélection de 3 labels à repérer en magasin. Ils vous permettent de réduire votre empreinte sur le climat, pour agir dès aujourd'hui grâce à votre panier!





La marque **Agriculture biologique** (AB) est une certification contrôlée par l'Agence bio, sous la tutelle du ministère de l'Agriculture et de l'Alimentation. Elle vous permet d'identifier des produits 100% bio ou, pour les produits transformés, composés à 95% de produits agricoles bio. La marque AB repose sur la notion de respect de la biodiversité et la préservation des ressources naturelles.



La Haute Valeur
Environnementale (HVE)
est un label qui garantit
l'usage de pratiques agricoles
respectueuses des sols
et de l'environnement
en général, pour réduire
la pression sur l'écosystème
et les ressources naturelles
(y compris l'eau, la faune
et la flore).



Rainforest Alliance labellise des produits provenant de l'hémisphère Sud (bananes, cacao, café, thé...) Ce label signifie que le produit ou l'ingrédient certifié a été produit en utilisant des méthodes qui soutiennent les trois piliers de la durabilité: social, économique et environnemental. Des auditeurs tiers indépendants évaluent les agriculteurs par rapport aux exigences des trois domaines avant d'attribuer la certification ou de la renouveler.









