

PAROLES DE

JACQUES BOURGEOIS,

AUBERGE DU MARAICHER

EXPLOITANT AGRICOLE AU LAMENTIN

CULTURES MARAÎCHÈRES ET VIVRIÈRES

RESTAURATION VÉGÉTARIENNE

AGRICULTURE DE MARTINIQUE :

Bienfaits des fruits
et légumes



« Nous devrions peut-être nous référer au mode de consommation des anciens et manger plus simplement. Les centaines d'aujourd'hui ont mangé essentiellement les fruits et légumes du pays. »

JACQUES BOURGEOIS S'EXPRIME SUR...

LA QUESTION DES BIENFAITS DES FRUITS ET LÉGUMES

« La première chose qu'il faut savoir est que le corps humain est un moteur qui a besoin d'entretien. Les fruits et légumes en grande variété, permettent d'entretenir le corps et de bien vivre. »

Cela fait déjà une trentaine d'années que je suis dans ce métier qui n'est pas toujours facile mais très beau. Partir de la plantation d'une simple graine et arriver

à obtenir un fruit ou un légume qui va permettre à l'homme de vivre et grandir, représente quelque chose de merveilleux. Suivre tout le processus de la préparation du sol à la récolte, en passant par l'arrosage, l'entretien est notre quotidien et nous le faisons avec passion. C'est notre métier et on en vit.

Ici, il y a d'une part, l'exploitation sur laquelle je cultive et d'autre part, l'Auberge du maraîcher qui est une structure que j'ai mise en place, il y a une dizaine d'années. J'y transforme les produits récoltés et propose dans la partie restauration, des plats végétariens que l'on peut déguster sur place.

Quand on regarde les marchés du pays, il y a des produits clés qui se vendent en très grandes quantités et d'autres très peu. Je prends l'exemple de l'aubergine qui ne se vend pas beaucoup pourtant c'est un légume très intéressant, qui a beaucoup de propriétés et que l'on devrait consommer plus souvent.





A l'Auberge du maraîcher, j'utilise tous ces légumes peu considérés et je montre aux clients comment les valoriser dans des recettes simples.

Nous avons en Martinique, une grande diversité de fruits et légumes d'une grande richesse et si bénéfiques pour la santé. Il faut prendre conscience de leur valeur nutritionnelle. »

SUR LES VALEURS ET RESPONSABILITÉS QU'IL PORTE

« Lorsqu'on est agriculteur, on est responsable puisque, je le rappelle, le corps est un moteur. Il faut pour qu'il fonctionne bien, des fruits et légumes qui jouent un rôle important. Ma première responsabilité est donc de fournir au consommateur une alimentation qui lui permette d'être en bonne santé et de pouvoir profiter de la vie.

C'est mon devoir aussi de le sensibiliser sur les bienfaits des produits issus de la terre. Ma responsabilité vis-à-vis du client, à l'Auberge du maraîcher » est par ailleurs de faire de la pédagogie auprès du client, en lui montrant comment cuisiner les fruits et légumes de la Martinique. »

CONTACT :

0696 320 696

0696 321 525

0596 507 533

aubergedumaraichermartinique@gmail.com

SUR CE QU'IL AIMERAIT DIRE AUX CONSOMMATEURS

« Aujourd'hui, on voit que les consommateurs sont très inquiets au niveau des fruits et légumes et de ce qu'ils mangent ; ils ne savent pas quoi manger, comment manger et se posent beaucoup de questions.

*Il est vrai qu'il y a un problème de pollution mais ce ne sont pas les fruits et légumes les plus pollués. Je conseillerais aux martiniquais de privilégier les fruits et légumes dans leur alimentation. Aujourd'hui on a évolué dans notre façon de manger mais on ne sait même pas comment manger. **Nous devrions peut-être nous référer au mode de consommation des anciens et manger plus simplement. Les centaines d'aujourd'hui ont mangé essentiellement les fruits et légumes du pays.»** ■*



Interview & Rédaction portrait : Miguëlle HILAIRE

Photos : GREENFWI et CHAMBRE D'AGRICULTURE (Samuel DEROTUS) - Mise en scène : MH

