

26/04/2016 **Mise à jour** : 27 avril 2016 | 9:53  
Ajuster la taille du texte

# Aliments Cibles: du prêt à manger adapté aux maladies chroniques



Par [Vicky Michaud](#) TC Media



Les partenaires sont à la recherche d'autres artisans alimentaires locaux qui voudraient laisser des produits complémentaires qui respectent leurs valeurs nutritives en consigne dans leur établissement.

Vicky Michaud/TC Media





Vue de l'extérieur, la boutique Aliments Cibles de la rue Notre-Dame semble être un comptoir de prêt-à-manger ordinaire. Pourtant, le chef et cofondateur Philippe Cousineau y concocte à tous les jours la première gamme de plats préparés au Québec qui répondent aux besoins des gens qui souffrent de maladies chroniques, comme le diabète et l'hypertension.

Ouvert depuis début avril à Lachine, le commerce est tenu par un jeune couple conscient des besoins alimentaires changeants de la population.

Aux côtés de sa conjointe, Laëtitia Langolf, le chef a mis au point les plats préparés dont la marque de commerce, Veca (Valeur, échange, calibration et apport), est protégée dans 167 pays.

Suivis depuis le départ par le ministère de l'Agriculture des Pêcheries et de l'Alimentation (MAPAQ), ils sont déjà en pourparlers pour faire leur entrée dans le milieu institutionnel.

«Notre produit sera la référence, il n'y a rien d'autre de ce genre qui se fait dans la province. Nous avons été approchés par les hôpitaux et les CLSC, car ils perdent un temps fou dans la préparation et la calibration de plats pour leur clientèle», explique Mme Langolf.

Pour le moment, seulement quatre recettes ont été approuvées par les nutritionnistes. Pour être admissible, Aliments Cibles doit développer 14 repas pour couvrir une semaine complète.

### **Redonner le plaisir de manger**

« Philippe m'a dit qu'il ne voulait plus faire de restaurants, mais il ne voulait pas se dissocier de la nourriture parce que c'est sa passion. Le jour où il m'a proposé de créer quelque chose avec un vrai volet santé, où on pouvait redonner le plaisir de manger aux gens, j'ai embarqué », explique Mme Langolf.

L'idée est venue au restaurateur du Plateau qui a développé un intérêt marqué pour la cuisine santé, après de nombreuses épreuves dont la naissance prématurée de son fils et le décès rapide d'un de ses amis à la suite d'un cancer.

«J'avais essayé le concept en 2008 dans mon restaurant sur Mont-Royal, le Magnifique. Je ne comprenais pas pourquoi on devait manger mal, juste parce qu'on écoutait une partie de hockey, explique le chef. Mais les gens n'étaient pas prêts.»

Mis à part les institutions, la clientèle populaire a aussi démontré un intérêt grandissant pour les produits Veca.

«J'ai rencontré une mère de famille qui a un mari et un enfant diabétiques et qui attend le diagnostic pour son plus jeune fils. Lorsqu'elle a découvert notre boutique, elle était tellement soulagée, je me suis dit que c'est pour des gens comme elle que je fais ça», affirme Mme Langolf.

<http://journalmetro.com/local/lachine-dorval/actualites/954595/aliments-cible-du-pret-a-manger-adapte-aux-maladies-chroniques/>

Les mets, tous préparés sur place dans la cuisine de style familial, vont du pâté chinois au sauté de crevettes, en passant par le spaghetti.

«Notre clientèle veut manger des choses qu'ils connaissent. Puisque les diabétiques ne peuvent tout simplement pas manger de pâtes, ma recette de spaghetti est très attendue. Mon secret, c'est ma sauce. J'augmente l'apport en fibres pour balancer les glucides, ce qui permet aux gens de les consommer», souligne le chef.

Aliments Cibles a un permis de restaurant-minute, il n'y aura donc pas de service aux tables. Les clients pourront manger au comptoir et la terrasse de 450m carrés sera aménagée à l'aide du GRAME, qui y plantera des arbres fruitiers et du houblon.