Manger Bio, c’est vraiment plus cher?

Le respect de l’environnement

Oui produire Bio coûte encore plus cher, car produire dans le **respect de l’environnement** et des cycles naturels, avec la garantie de **non utilisation de produits chimiques** de synthèse de la ferme au magasin, la non utilisation **d’OGM**, a une valeur, donc un prix.

Cela signifie notamment que les rendements peuvent être plus faibles, si la plante est attaquée par un virus le producteur lutte avec des remèdes « d’antan », mais ne joue pas à l apprenti sorcier, quitte a perdre une partie de sa production.

Cela veut aussi dire qu’on laisse le temps aux animaux d’arriver à maturité , entre deux ils jouissent de **l’espace, d’un accès au plein air, et d’une alimentation bio**. Et pour nos éleveurs amener leur bêtes sans stress a l’abattoir est une responsabilité qu’ils assument.

Par ailleurs, manger mieux c’est aussi **réduire sa consommation de viande.** En effet, on en mange beaucoup trop car elle est rendue accessible par les grosses industries agro-alimentaire et l’on ne se rend plus compte de l’animal derrière la barquette mais sa consommation excessive peut se révéler **mauvaise pour notre santé.**

L’humain avant tout

La Bio a recours à davantage de main d’œuvre, et oui désherber naturellement demande plus de bras qu’un produit chimique, pour des raisons techniques mais aussi dans le souci de l’occupation de l’espace et des territoires quelqu’ils soient, **en préservant leur diversité.**

Mais pour une bonne partie des consommateurs bio, manger bio ne revient pas forcément plus cher, il faut juste changer ses habitudes.

Eh oui manger bio c’est manger malin,

On consomme **les produits de saison** moins onéreux et bien plus savoureux

On évite les produits transformés synonyme de malbouffe

On **retourne en cuisine** et on utilise presque tout grâce a des recettes inventives, une tomate un peu trop mure idéale pour un coulis, un fruit légèrement gâté, on le nettoie et hop une compote ….et peut être aussi parce qu on a conscience q’ en payant plus cher un aliment mais de meilleure qualité, on ne veut pas voir les restes finir à la poubelle!

On remplace les protéines animales par des **protéines végétales** aux qualités nutritionnelles égales et bien moins chères!

(lentilles, pois chiches, fèves, haricots secs, pois secs)

On consomme **de la viande Bio** elle n’en sera que meilleure mais moins souvent!

On bouge et on s’aère pour **profiter de la nature**, ainsi vous serez plus sensible aux produits qu’il y a dans votre assiette.

Alors convaincus?

Cocorimag soutient la bio et vous aide à consommer malin , suivez nous !

Source l agencebio.org