



PRESENTATION

CONTACT

Hubert Hoeltzel
Concepteur du service 1.2.3. à table
hubert@123atable.fr
+33 (0)7 82 26 32 16

La genèse du projet 1.2.3. à table.



J'ai toujours porté une attention particulière à mon alimentation et celle de ma famille, car je considère que ce que nous mettons dans nos assiettes constitue un facteur prépondérant de notre santé. Or, s'assurer une alimentation équilibrée et se soucier de la qualité des produits que nous consommons, prennent du temps.

Par le passé, j'ai été confronté à cette problématique, des réunions qui s'éternisent le soir, les enfants à récupérer, les bouchons sur la route et un réfrigérateur vide à l'arrivée. Une question me taraudait : **Comment faciliter le quotidien, pour à la fois s'alimenter sainement et profiter au maximum des moments avec sa famille ?**

En 2023, ma réflexion a évolué pour devenir une solution concrète et pratique pour les actifs : **des paniers recettes à cuisiner, livrés sur leur lieu de travail**. Cette initiative vise à faciliter la gestion quotidienne des repas et à redonner du temps aux actifs, tout en favorisant une alimentation saine et équilibrée.

Cette initiative a désormais un nom : 1.2.3. à table.

A ce jour, quelques dizaines d'entreprises pionnières de l'Eurométropole de Strasbourg, soucieuses du bien-être de leurs salariés et de la qualité de vie au travail, permettent à leurs collaborateurs de vivre au quotidien l'expérience 1.2.3. à table.

Si l'expérimentation de ce projet, grâce au soutien bienveillant de la couveuse CREACITE, parvient à démontrer sa viabilité, l'entreprise 1.2.3. à table naîtra officiellement. Mais cette aventure ira au-delà de la simple entreprise, car 1.2.3. à table incarne l'équilibre dans tous les aspects de la vie quotidienne. En libérant du temps, en proposant une alimentation équilibrée avec des produits locaux de qualité et en favorisant le plaisir du partage, nous nous engageons à créer une expérience culinaire qui transcende les repas pour devenir un véritable moteur de bien-être.

Hubert Hoeltzel
Concepteur du service 1.2.3. à table

1.2.3. à table, c'est quoi ?

Le panier recettes à cuisiner pour une vie gourmande, équilibrée, en toute simplicité.



Simplifiez-vous la vie

Fini la planification des repas et les courses interminables.



Recettes 100% saines et savoureuses

Adaptées à vos préférences alimentaires.



Des produits locaux, bio, frais et de saison

Pour une alimentation saine.



Livraisons éco-responsables

Sur le lieu de travail.



1.2.3 à table comment ça marche ?

Le service 1.2.3. à table, c'est simple, facile et rapide.

1



Je choisis les recettes qui me plaisent

Je me connecte à la plateforme 1.2.3. à table pour sélectionner les recettes qui me plaisent et qui correspondent à mes préférences alimentaires.

2



Je reçois sur mon lieu de travail mon panier recettes à cuisiner

Je suis livré directement sur mon lieu de travail et repars le soir avec mon panier à cuisiner comprenant tous les produits des recettes choisies.

3



Je cuisine mes plats en 30 min

Je prépare facilement et rapidement les repas, et profite du temps libéré pour ma famille, mes amis, ou mes loisirs.

Chaque semaine, je gère la livraison de mes paniers recettes à cuisiner, sans engagement et en toute liberté.



Nos engagements

Chez 1.2.3. à table, nous ne livrons pas que des paniers recettes à cuisiner.

Nous livrons du temps, des souvenirs, du plaisir et une nouvelle perspective sur la vie quotidienne.

La liberté - Créer une réelle bouffée d'air dans le quotidien des actifs, en les libérant de la charge mentale liée à la planification des repas, en leur permettant de récupérer de précieuses heures dévorées par les courses et en privilégiant des recettes facilement réalisables en 30 minutes



L'équilibre - Concevoir des recettes qui allient la qualité nutritionnelle à la gourmandise, en créant une harmonie entre le bien-être physique et le plaisir gustatif. Parce que manger sain ne doit jamais sacrifier le plaisir.

La proximité - Nous disposons en Alsace d'un patrimoine agricole exceptionnel et des paysans fiers de leurs produits. C'est pourquoi le service met en relation producteurs et consommateurs, pour faire la part belle à nos produits locaux, frais et de saison.



L'éco-conscience - Je n'imaginai pas lancer ce service, sans une prise de conscience de l'importance de la préservation de notre environnement. Les transports se font en véhicule électrique. Nous luttons contre gaspillage alimentaire, limitons nos emballages et garantissons une totale transparence sur la provenance et la qualité des produits.

Nos producteurs en Alsace

Parce que bien manger, c'est aussi privilégier les circuits courts, préserver notre environnement et garantir des produits frais, bio et de saison.

Chez 1.2.3. à table, nous développons une collaboration saine et transparente, majoritairement avec des producteurs d'Alsace.

80% des produits 1.2.3. à table proviennent de moins de 20 km de l'Eurométropole de Strasbourg



Moulin des Peupliers

- Épices et aromates bio
- Lupstein, Alsace



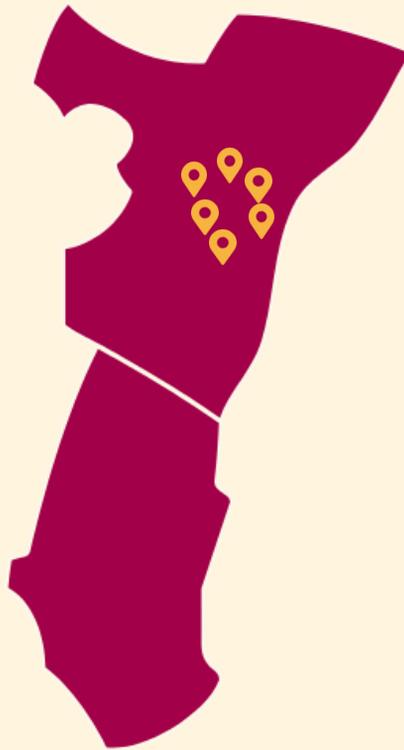
Pâtes Grand'Mère

- Pâtes aux œufs frais
- Marlenheim, Alsace



Ferme du Haut Village

- Crèmes et fromages fermiers
- Woellenheim, Alsace



Moulin des Moines

- Céréales, graines et légumineuses bio
- Krautwiller, Alsace



Les Jardins de la Montagne Verte

- Produits bio de maraichage
- Strasbourg, Alsace



Bruno Siebert Volailles

- Poulet Label Rouge Alsace
- Ergersheim, Alsace

Liste non-exhaustive des producteurs et fournisseurs 1.2.3. à table.

Nous privilégions les produits alsaciens engagés dans une démarche de qualité.



Certifié par FR-BIO-01
AGRICULTURE UE/NON UE



Leïla Martin, l'ambassadrice de la gastronomie alsacienne



Avec Leïla, blogueuse et influenceuse culinaire, nous partageons des valeurs fortes : la richesse du patrimoine gastronomique et agricole alsacien, une cuisine saine et savoureuse, et un engagement éthique pour la préservation de l'environnement.

Leïla a signé plusieurs recettes que nos clients retrouvent chaque semaine au Menu du service 1.2.3. à table

Les recettes signées Leïla Martin rendent hommage à une cuisine de tradition et de terroir, simple et accessible à tous.

Pour mieux connaître Leïla, visitez son blog
<https://jevaisvouscuisiner.com>

Nos recettes

Nos nutritionnistes ont conçu des recettes pour tous les goûts, au service de l'équilibre alimentaire et de la gourmandise.

Des recettes de saison

Pour une cuisine respectueuse de notre environnement.

Des recettes faciles

Simple, rapides et ne nécessitant pas d'ustensiles spécifiques.

Des recettes du terroir

Mais aussi des recettes à la découverte de nouvelles saveurs et de nouveaux goûts.

Des recettes pour tous

Pour toutes les préférences alimentaires, végétarien, viande poisson.

Des recettes pour tous les foyers

Les quantités sont portionnées pour 2 et pour 4 personnes.

Recettes saines et équilibrées

Mais qui ne transigent pas avec le plaisir gustatif.



Ils expérimentent 1.2.3. à table, et vous en parlent

Des produits de qualité, les recettes faciles à réaliser dans le timing indiqué, tout est bien épicié...

Mes enfants - et nous aussi - adorons !

Claire

C'est vraiment un plaisir pour les papilles de découvrir de nouvelles saveurs, et le tout sans se poser la question de savoir s'il nous manque des ingrédients ou pas !

Vincent

Nous avons pris beaucoup de plaisir à cuisiner, il suffit de suivre la recette, pas besoin de connaissances !

Freddy

La livraison sur le lieu de travail, c'est top ! Il faut juste de ne pas oublier les packs en partant 😊. Mais là aussi, un sms nous informe qu'ils ont été livrés dans le frigo.

Françoise

J'aime la qualité des produits et la diversité des recettes qui sont toutes très bonnes et faciles à réaliser.

Raphaëlle

C'est ludique ! Moi qui n'aime pas cuisiner, je trouve ça super ! Tout est fourni et on est guidé, c'est facile !

Éric



Des entreprises qui favorisent le bien-être de leurs salariés

3 questions à Lisa Ulmer
Présidente-Directrice générale de Regmatherm

Pouvez-vous nous parler de Regmatherm ?

Regmatherm est une entreprise familiale indépendante, basée à la Meinau et spécialisée dans les systèmes CVC (Chauffage, Ventilation et Climatisation) et la gestion de l'énergie.

Chez Regmatherm, nous accordons une grande importance à la santé et au bien-être de nos 23 collaborateurs. A titre d'exemple, nous avons implanté au sein de l'entreprise la pratique de différentes activités physiques, ce qui nous a permis d'être contacté pour participer à l'élaboration du label européen Workplace Active Certification (WAC).

Comment a démarré le projet 1.2.3. à table ?

Dès la présentation du service 1.2.3. à table, nous avons pris conscience de sa pertinence pour les salariés de Regmatherm.

Le démarrage de l'expérimentation s'est fait rapidement, car il n'y a pas d'investissement. Nous avons juste réservé un peu de place dans notre frigo, et avons signé une convention garantissant la livraison et le stockage en chaîne froide des packs à cuisiner.

Par ailleurs, il n'y a pas d'engagement, ni pour l'entreprise qui peut mettre un terme à l'expérimentation à tout moment, ni pour les salariés qui décident quand ils souhaitent se faire livrer.

Quels sont les bénéfices pour Regmatherm ?

On a tous droit à la même question : qu'est ce qu'on mange ce soir ?

On n'a pas toujours d'idées et on manque souvent de temps.

C'est là que le service 123 à table tombe vraiment à pic, il propose des plats variés, avec des produits locaux de qualité, très faciles à confectionner. Ça permet de découvrir de nouvelles recettes. En plus on récupère directement nos paniers sur notre lieu de travail, un vrai gain de temps, surtout pour les familles monoparentales. C'est super pratique.

