



La Feuille de Chou

Chères adhérentes, chers adhérents,

Dans un mois, le 12 mai exactement, débutera le marché de Terre Solidaire. Comme l'an passé, il se tiendra tous les vendredis de 16h à 19h, jusqu'à la fin septembre. Nous y vendrons notre production, de même que Spiruline des Alpes, Douceurs Nature, La Ferme de la Curiaz, le Rucher du Val Coisin ... et peut-être d'autres.



Si tous ne pourront peut-être pas être systématiquement présents sur le marché de Terre Solidaire chaque vendredi, il pourrait y avoir un « système de dépôt/vente » convenu avec eux. Christine D.M., administratrice, qui s'occupe plus particulièrement du lien avec les producteurs, envisage que vous puissiez aussi vous fournir en pain, œufs, fromage et viande.

Pour un Panier

1	pièce	Cèleri rave
1	botte	Navet nouveau
0.250	kg	Mesclun
1	botte	Persil ou Ciboulette
1	pièce	Salade

Selon dépôt : 0.850 g d'épinard ou de blette ou 1 chou frisé

FRUITS : 3 pomelos et 1 kg pommes

Velouté de navet et feuilles de blettes

Une idée d'entrée légère, vitaminée et saine. Une recette facile, rapide et peu calorique.

Ingrédients pour 2 personnes :

10 feuilles de blettes	
1 navet	Sel
1/2 litre d'eau	Poivre

Prépa : 10 min - Cuisson : 20 min

Effeuillez soigneusement les blettes, rincez le vert sous l'eau claire et insérez-le dans une vaste casserole.

Pelez le navet, détaillez-le en petits dés et portez à frémissement 1/2 litre d'eau sur le feu vif.

Placez les feuilles sur le feu doux, laissez-les fondre doucement comme des épinards, sans oublier de les brasser souvent et mouillez-les avec l'eau bouillante.

Immergez les cubes de navet dans le liquide frémissant et laissez-les cuire jusqu'à ce qu'ils soient parfaitement tendres pendant environ 10 minutes. Versez la préparation dans votre blender et réduisez-la en velouté onctueux. Puis assaisonnez-la à votre guise avec le sel et le poivre.

A noter également, le vendredi le 12 mai, Terre Solidaire accueillera l'atelier « fresque alimentaire » organisé par la Communauté de Commune Cœur de Savoie. Cette manifestation, gratuite, se déroulera de 13h30 à 16h30. L'objectif, au travers d'une réflexion ludique et collaborative, sera de mieux comprendre les enjeux environnementaux, sanitaires et sociaux liés à notre alimentation. L'évènement sera animé par Julie Berger, Diététicienne - Nutritionniste.

Pour plus d'information (et pour vous inscrire) rendez-vous sur le site internet de Cœur de Savoie, à la rubrique agenda (le nombre de participants est limité) : <https://www.coeurdesavoie.fr/agenda/16710/3794-fresque-de-l-alimentation.htm>

Laurent Pachod – Directeur

LE COIN DES CHARGEES D'INSERTION :

Plusieurs semaines se sont écoulées depuis ma dernière contribution à notre feuille de chou. Corinne a pris le relai quinze jours auparavant pour évoquer les sorties du mois de mars. Depuis, François a également terminé son contrat à Terre Solidaire le 4 avril. En parallèle, nous avons accueilli plusieurs nouveaux salariés pour compléter l'équipe : en mars, Jennifer, Olivier et Bénédicte. Et le mois d'avril a vu arriver Camille en tout début de mois, ainsi que Rémi et Allan ce début de semaine. Bienvenue à tous parmi l'équipe de Terre Solidaire. Pour Jennifer, cela n'a été qu'un très bref passage puisque très rapidement, elle a eu vent, par son entourage, d'une offre d'emploi d'employée polyvalente de restauration près de chez elle à temps complet. Le maraîchage n'étant pas sa tasse de thé, elle souhaitait s'orienter vers un autre secteur d'activité. C'est donc tout naturellement qu'elle a postulé et a été retenue pour le poste. Bravo Jennifer et belle suite pour ce nouveau contrat.

Dans un autre registre, nous avons accueilli cette semaine une stagiaire sur l'activité maraîchage dans le but de découvrir les structures d'insertion par l'activité du maraîchage biologique. En effet, Floriane P. est actuellement en formation au CFPPA de la Motte Servolex pour préparer un Brevet Professionnel Responsable de production légumières, florales, fruitières et de pépinières. Après une période de stage au Jardin des Triandines à Cognin, elle a souhaité découvrir notre jardin pour compléter sa formation et son observation avant de se lancer dans son projet de création de structure. Elle a donc accompagné les encadrants techniques au quotidien et a participé activement aux différentes tâches de maraîchage. Merci à elle pour son investissement.

Concernant le volet insertion socio-professionnelle, la formation "techniques professionnelles en maraîchage" animée par Charlotte se poursuit. Le dernier des 5 modules aura lieu mercredi prochain pour l'équipe des 7 salariés. Les volontaires pourront passer leur évaluation les jeudis 27 avril ou 4 mai au sein du Jardin des Triandines à Cognin. De la même manière, lundi prochain, nous accueillerons Charlotte et des salariés de ce jardin ayant suivi la même formation dans leur structure pour passer leur évaluation au sein d'un autre jardin, en l'occurrence le Jardin Terre Solidaire.

Je vous souhaite, chères adhérentes, chers adhérents, une belle fin de semaine.

Floriane, Chargée d'insertion