

Vendredi 2 juin 2023

Semaine 22



La Feuille de Chou

**Assemblée Générale Terre
Solidaire ce soir à 18 h**
Nous comptons sur votre présence

RAPPEL

Pour les besoins de notre organisation :

**PENSEZ A RAMENER VOS SACS-
CABATS VIDES A VOTRE DEPOT.**

Pour un Panier

| | | |
|-------|-------|--------------------|
| 1 | kg | Betterave nouvelle |
| 0,600 | kg | Fenouil |
| 1 | botte | Carotte nouvelle |
| 2 | pièce | Salade |

*Lavez toujours vos légumes avant de les
consommer.*

FRUITS : 0,650 kg Abricot -1 kg Pomme

L'EDITO :

Chères adhérentes, chers adhérents,

Cette semaine nous relayons l'article du quotidien « Le Dauphiné » qui a couvert le repas annuel de Terre Solidaire. Ce temps convivial marque la fin de la saison du tirage de bois de vignes. Outre l'organisation de l'association (que vous connaissez bien), vous pourrez lire l'engagement d'un chef cuisinier pour le manger sain et local.

Laurent Pachod - Directeur

Lundi 15 mai, un groupe est venu de Planaise au restaurant de La Guinguette. L'occasion pour l'équipe des encadrants et des salariés de l'association Terre Solidaire pour rencontrer un des partenaires de l'association.

Une découverte pour Laurent Pachod, nouveau directeur de la structure depuis juillet.

Il était accompagné de Rodrigue, Sylvain et Mathieu, encadrants tous 3 et interlocuteurs des partenaires commerciaux, Corinne et Floriane, conseillères en insertion professionnelle ainsi que de Laurence, secrétaire, et de plusieurs salariés en parcours d'insertion.



Terre Solidaire fait du maraîchage bio, vend sa production de légumes, 60 % en paniers adhérents et 40 % en magasins bio d'Albertville à La Ravoire. Elle mène deux autres projets : vendre des paniers solidaires au tiers du prix en fonction du quotient familial des clients et cultiver une parcelle de légumes pour la restauration collective de la ville de Montmélian. Elle tient également son marché tous les premiers vendredis du mois de 16 à 19 heures.

« On a commencé la semaine dernière et on finira autour du 15 décembre. On y trouve les produits de Terre solidaire, de la spiruline, un traiteur en sucré et salé, un dépôt de fromage et de viande etc. » L'association peut accueillir jusqu'à une trentaine de salariés, qui y travaillent avant un retour à l'emploi.

Sébastien Monsonis, maître restaurateur de La Guinguette, va chercher ses légumes à Terre Solidaire, tous les lundis matin. Sylvain me donne la liste des légumes disponibles le vendredi, ce qui me permet de penser pendant le week-end aux recettes. J'aime me rendre sur place et rencontrer les salariés, qui sont courageux, dans les champs malgré le froid et les intempéries ». De son côté le restaurant a bien évolué, puisque l'équipe compte maintenant cinq personnes avec Yann, chef second au chaud, David, un chef aux entrées et dessert et Nina au service, en plus du chef Sébastien et son épouse Annie, au service.

Gratin de légumes au fenouil

Préparation : 30 min – Cuisson : 45 min

Ingrédients pour 4 personnes

- 3 fenouils
- 3 tomates moyennes
- 2 oignons
- 1 poivron rouge
- 40g de parmesan râpé
- 2 œufs
- 10 olives noires dénoyautées
- 50 ml de crème fraîche liquide
- Sel, poivre, noix de muscade râpée



Préchauffer le four à 180°C.

Découper le fenouil en petits morceaux, les oignons, le poivron, les tomates préalablement pelées.

Faire revenir ces légumes dans une sauteuse avec de l'huile d'olive pendant 10 mn (à feu moyen). Ajouter sel, poivre et noix de muscade.

Verser le parmesan et les olives coupées en deux.

Battre les deux œufs avec la crème et verser cette préparation sur les légumes.

Enfourner dans un four bien chaud et cuire 45 mn.

Au menu :

Soufflette, crème fromagère citronnée et radis.



Salade verte bio composée avec pickles maison, feuilleté au pesto rouge, chantilly salée tomate confite et curry madras.



Suprême de Pintade Label rouge d'Ardèche (cuisson douce), écrasé de pomme de terre au beurre, sa crème au romarin et légumes bio, de saison, rôtis.



ou Variante végétarienne :



Barre de Polenta gourmande aux champignons noirs et sa crème au romarin et légumes bio, de saison, rôtis.



Tiramisu tout spéculoos



LA CHRONIQUE DES MARAÎCHERS

Des nouvelles de notre partenariat avec la commune de Montmélian et le projet « On sème pour la vie ». La ferme de Chautand, au cœur de la ville, a été convertie au maraîchage.

Après de nombreuses années sans que la ferme de Chautand ne soit cultivée, le croissant fertile vient de faire son apparition. Ces deux dernières semaines, nous avons consacré beaucoup de temps et d'énergie pour assurer et mettre en culture cette nouvelle parcelle.

Pommes de terre, betteraves, et choux ont été plantés, et nous avons fait le nécessaire pour permettre l'alimentation en eau du terrain et irriguer les cultures.

Tout est mis en œuvre pour exploiter cette terre riche en espérant que le gibier ne fasse pas son apparition comme nous avons déjà pu le constater sur certaines de nos parcelles.



← Le croissant fertile



← Installation de l'eau à Chautand →

← Le petit canal permet l'alimentation du terrain en eau

L'équipe encadrante des maraîchers.

