

La Feuille de Chou



L'EDITO :

Chères adhérentes, chers adhérents,

Dans le cadre du projet « Mieux Manger pour Tous » dont Terre Solidaire est partie prenante, des ateliers cuisine avec des personnes du Centre d'Accueil des Demandeurs d'Asile ont été organisés. Deux temps forts ont donc eu lieu le mercredi 29 Mai et le mercredi 5 Juin. Le premier d'entre eux était un atelier « cuisine locale et saisonnière » animé par Christine D. M. (administratrice) et moi-même. L'occasion de cuisiner des choux-raves, des betteraves et des carottes en salade, mais aussi des navets et oignons en plat chaud. Pour le dessert, les fraises, produites sur la commune de Coise, ont permis de clôturer cet atelier. Lors de cet atelier nous avons eu le plaisir d'accueillir des personnes de nationalité Afghane et Bangladaise.

Le deuxième atelier, qui a eu lieu le mercredi suivant, avait pour thématique : « Cuisine du monde ». L'opportunité a été laissée à plusieurs personnes de se concerter pour établir un menu. Ainsi une salade d'inspiration cubaine a été préparée pour l'entrée, comportant des ananas, pommes, olives, pâtes et lardons. Par la suite, un plat à base de riz et de feuilles de manioc cuites avec des haricots blancs a été proposé et préparé pour tous. Outre Cuba, quelques pays d'Afrique de l'Ouest étaient représentés tels que la Côte d'Ivoire, la Guinée Conakry, l'Angola et le Congo. Enfin, en dessert, un crumble aux pommes, certes, moins exotique, mais tout aussi appréciable était prévu. Au total, une quinzaine de personnes ont pu participer à ces ateliers et ces initiatives ont vocation à être poursuivies par la suite.

Thibault P. - Animateur Tiers-Lieu « La Popote »

LE COIN DES CHARGÉES D'INSERTION :

Chères adhérentes, chers adhérents,

Petit retour en arrière pour la feuille de chou de cette semaine. Remontons jusqu'au 4 juin dernier qui n'était pas une journée comme les autres pour la chargée d'insertion de Terre Solidaire. En effet, c'est le jour, prévu de longue date, de la rencontre régionale des Chargés d'Insertion des Jardins du Réseau de Cocagne. Un peu d'historique est nécessaire pour comprendre au mieux cette journée. Le Réseau Cocagne (réseau dont notre jardin est adhérent comme plus de 100 jardins similaires en France) anime des journées régionales inter-jardin pour se rencontrer entre pairs (entre directeurs, ou encadrants maraîchers ou encore chargés d'accompagnement socioprofessionnel).

Pour un Panier

1,1	kg	Courgette
0,700	kg	Navet nouveau
0,500	kg	Haricot vert
1	botte	Ciboule
2	pièce	Salade

Lavez toujours vos légumes avant de les consommer.

FRUITS :

Nectarine 1,1 kg - Framboise 125 g
Citron 0,5 kg (compensation fraises abimées S23)

FLAN DE COURGETTES

Pour 6 personnes

Préparation : 15 mn - Cuisson : 35 mn

- 1 kg de courgettes
- 8 c. à s. de lait
- 6 œufs
- 60 g de gruyère râpé
- 40 g de parmesan
- 20 feuilles de basilic



Couper les courgettes en très fines rondelles. Les faire revenir dans de l'huile d'olive. Saler et poivrer, cuire environ 10 mn à petit feu.

Battre les œufs et ajouter le fromage, le sel, le poivre, le basilic et le lait.

Jeter la préparation sur les courgettes. Remuer, ne pas faire prendre « l'omelette ». Mettre la préparation dans un plat.

Mettre au four pendant 35 mn à 180 °C.

Servir froid ou chaud.

La première à laquelle j'ai participé, à mon arrivée à Terre Solidaire, était une journée commune chargée d'insertion/encadrants techniques qui s'est déroulée au Jardin Pousse d'Avenir à Publier (74) avec, à l'époque mon collègue encadrant Bérenger. Comme le voulait la tradition, nous avons covoituré avec les collègues du Jardin des Triandines. Ce fut la plongée dans le grand bain du Réseau Cocagne pour les deux nouveaux que nous étions à l'époque. Et depuis, chaque année, j'ai participé plus ou moins régulièrement à la réunion annuelle CIP du Réseau en fonction de la charge de travail du moment et du lieu de la réunion ; La région Rhône-Alpes étant assez vaste !

Depuis 2020, confinement oblige, l'animatrice du Réseau de l'époque a eu l'initiative de créer un groupe virtuel pour nous faciliter les échanges par mails. Elle a également organisé plusieurs visios pour échanger sur les difficultés rencontrées lors de cette période si particulière et des moyens mis en œuvre par chaque jardin. Les visios se sont estompées mais les échanges par mail via ce groupe ont perduré et sont riches en échange de pratiques, conseils ou infos diverses. J'avoue m'être contentée de ces échanges mails ces deux dernières années. Cette année, l'animatrice étant en congé maternité, la réunion régionale des chargés d'insertion n'était pas prévue. Mais c'était sans compter l'envie du groupe de se rencontrer et d'échanger. Ainsi, à l'initiative d'une collègue du Jardin de Moirans, mais suivie de près par la majorité du groupe, l'idée a germé de l'organiser nous-mêmes et de se retrouver en Savoie, la Loire étant trop éloignée pour la Haute-Savoie et réciproquement. Nous avons donc opté pour que cette journée se déroule sur notre agréable Jardin de Terre Solidaire. Le soleil nous a fait l'honneur de sa présence ce jour-là, rendant le jardin d'autant plus agréable. C'est donc le 4 juin que 13 de mes homologues de Rhône-Alpes, ont bravé les 2 heures de route (voire presque 4h pour les plus éloignés) et les embouteillages pour avoir le plaisir des échanges interprofessionnels. Nous avons établi le programme en amont par visio. Le mot d'ordre général était de ne pas se focaliser sur le négatif et les difficultés. Nous ne voulions pas ressortir de cette journée « plombés ». Après une matinée de présentation, de travail et d'échanges, nous avons pu profiter d'un apéritif en extérieur autour des spécialités culinaires des divers jardins. En effet, si chaque jardin du Réseau Cocagne produit des légumes issus de l'agriculture biologique, certains, diversification oblige, ont un fournil et produisent pains et biscuits, d'autres une conserverie et fabriquent des bocaux. Après un repas préparé par Christine DM, que je remercie au passage, une visite digestive du jardin s'est imposée avant de nous remettre au travail l'après-midi. Une gouvernance partagée s'est naturellement mise en place sur les prises de parole et la prise de note. Une collègue s'est attribuée le rôle de gardienne du temps, histoire que tous les sujets prévus soient abordés et que le temps de parole de chacun soit plus ou moins équilibré.

C'est sur une satisfaction unanime et juste après la photo de groupe (Merci au photographe Gabriel D. présent à ce moment-là) que nous nous sommes quittés en nous promettant de réorganiser cet événement plus régulièrement. Les rencontres entre pairs sont constructives et très riches car bien que les jardins aient chacun leur spécificité, leur histoire et leur environnement, les enjeux et l'équilibre à trouver entre production de légumes bio de qualité et insertion socio-professionnelle, restent communs à tous les Jardins du Réseau Cocagne



Floriane - Chargée d'insertion