

La Feuille de Chou



L'EDITO :

Chères adhérentes, chers adhérents,

Cette semaine, je me fais marchand à la criée (par écrit...). Pour de nombreux producteurs, la saison est favorable à la culture de la tomate. Rondes, anciennes variétés, pour coulis, il y en a pour tous les goûts et c'est tant mieux.

Ce lundi, en équipe (certes restreinte du fait des congés des un(e)s et des autres mais néanmoins pas moins efficace) nous avons décidé de vous en faire profiter. Pour notre part, c'est de la tomate ronde que nous allons mettre à votre disposition dans un premier temps et ce, dès ce vendredi. L'organisation est la suivante : réservation auprès du secrétariat, préparation des commandes en un temps record et enlèvement à partir de 15h30 vendredi 9 août sur le stand du marché (15h30 - 18h30). Le tarif et le packaging sont les suivants :

- 2,6 euros (au lieu de 3,9 euros habituellement)
- Colis de 5 kilos (soit 13 euros les 5 kilos).



Nous vous demandons de venir avec vos cabas ou cagettes préférées pour les emporter.

Quantité mise à disposition : environ 500 kilos. Nous attendons vos commandes !

Laurent P. - Directeur

Pour un Panier

3	kg	Tomate
0,5	kg	Aubergine
3	kg	Courgette
1	kg	Carotte
0,3	kg	Oignon rouge

Lavez toujours vos légumes avant de les consommer.

Cappuccino de carotte au citron et chantilly

Préparation : 20 mn Cuisson : 30 min

Pour 4 personnes

- 4 carottes
- 1 citron
- 2 c. à s. de sucre poudre
- 1/2 litre d'eau
- 1 bombe de chantilly



Faire chauffer l'eau avec le sucre.

Peler, puis laver les carottes et les couper en rondelles.

Rincer le citron sous l'eau et sécher-le. A l'aide d'une râpe ou d'un zesteur, râper la surface du citron pour en prélever les zestes.

Verser les zestes dans l'eau sucrée avec les rondelles de carotte. Laisser cuire 30 mn.

Mixer la préparation en plongeant le mixeur directement dans la casserole.

Laissez refroidir la préparation.

Verser le cappuccino dans des verrines et déposer dans chacune d'entre elles un nuage de chantilly.

La Feuille de Chou



LA CHRONIQUE DES JARDINIERS :

Chères adhérente, chers adhérents,

Le temps estival tant attendu par beaucoup est enfin là. Et la production de légumes d'été bat son plein. Nous atteignons des pics de production ; cette semaine avec les tomates, ce qui nous conduit à proposer des colis de tomates de cinq kilos pour les deux prochains vendredis (voir édito de Laurent). Les courgettes et aubergines ne sont pas en reste et produisent énormément depuis quelques semaines.

Cela me permet de souligner l'important travail que Serge, salarié depuis plusieurs années, accomplit chaque jour pendant cette période : la récolte des courgettes. Serge est parfaitement autonome sur ce poste, il récolte en prenant soin du légume et de la plante et n'a pas son pareil pour ranger les courgettes dans les caisses de récoltes sans les abîmer. Ce travail nécessite beaucoup d'organisation et une grande endurance physique car nous plantons beaucoup de plants en plusieurs séries.

Parfois, Serge demande un coup de main pour acheminer la récolte du champ jusqu'à la pesée et au frigo. Le travail est pénible, la posture contraignante, le port de charge lourd et répétitif (une caisse remplie de courgettes pèse entre 12 et 15 kg). Mais Serge assure ce travail avec assiduité et un entrain, sans faille.

Serge a également assuré, depuis ces dernières semaines, le palissage des plants d'aubergines et de poivrons. Ce travail consiste à enfoncer dans le sol, à intervalle régulier, des piquets en acacia puis à conduire les plants d'aubergines et de poivrons entre des ficelles disposées de part et d'autre. Au vu du nombre important de plants produits, il est nécessaire que cette tâche soit parfaitement réalisée pour éviter aux plants de fléchir et casser, notamment sous le poids des légumes.



Serge C.

D'autres salariés interviennent sur la récolte des légumes d'été, notamment des tomates, qui nécessite du temps et du savoir-faire. Nous aurons l'occasion de vous en reparler dans une prochaine contribution.

Profitez bien de ces légumes d'été, ils sont savoureux, et récompensent tout le travail de production réalisé depuis le printemps.

Bonne fin de semaine à vous.

Sylvain - Encadrant maraîcher