

La Feuille de Chou



Christine vous propose pour le marché d'aujourd'hui

Paëlla à emporter = 13 € la part

N'hésitez pas à réserver ☎ 06 75 87 92 33



L'EDITO :

Chères adhérentes, chers adhérents,

Je vous espère une bonne rentrée de septembre à tou(te)s ainsi qu'à vos familles.

Il y a plusieurs mois de cela je vous faisais part de notre embêtement face à la disparition de légumes (et parfois de fruits) dans vos paniers. Je vous partageais mes états d'âmes entre renforcement du « système de sécurité » et « stances à cambrioleur » de G. Brassens. Nous avons fait le choix de mettre en place une surveillance resserrée, en espérant ne pas avoir à prendre de directives plus contraignantes. Après plusieurs mois d'observation, force est de constater que cela à permis, à ce jour, de résoudre le problème. Nous allons donc pérenniser notre fonctionnement actuel.

Au risque de me répéter, j'en profite malgré tout pour rappeler, que si vous constatez qu'il manque des légumes ou des fruits dans votre panier, le bon geste est de nous prévenir. Nous vous les remplaçons systématiquement et toute l'équipe est très réactive pour vous apporter une réponse individualisée. La mauvaise idée serait bien évidemment de se servir dans le panier à côté car en faisant cela, on peut créer une chaîne de découragement pour un seul légume manquant.

Bon week-end à tout(te)s.

Laurent P. - Directeur

Pour un Panier

| | | |
|-----|-------|--------------|
| 1 | kg | Courgette |
| 0,5 | kg | Haricot vert |
| 0,5 | kg | Tomate |
| 0,4 | kg | Oignon jaune |
| 3 | pièce | Poivron |

Lavez toujours vos légumes avant de les consommer.

FRUITS :

Poire : 1 kg - Raisin 0,5 kg

Roulé de jambon aux

Haricots verts

Préparation : 10 mn

Pour 4 personnes

- 4 tranches de jambon (cru ou cuit)
- 500 g d'haricots verts
- Sauce tomate
- Gruyère râpé à volonté



Faire cuire les haricots 5 min à l'eau bouillante ou à la vapeur.

Placer les haricots verts cuits dans la tranche de jambon. Ajouter un peu de sauce tomate, puis rouler la tranche de jambon.

Mettre les roulés dans un plat allant au four, verser la sauce tomate sur l'ensemble des roulés, puis ajouter généreusement le gruyère râpé.

Mettre au four pendant une vingtaine de minutes jusqu'à ce que cela soit légèrement gratiné.



La Feuille de Chou

CHRONIQUE DES JARDINIERS :

Chères adhérentes, chers adhérents,

Un jeudi soir, 19h, la fatigue est au rendez-vous, bien plus que mon inspiration... je vais profiter de cette feuille de chou pour revenir de façon brève sur la saison d'été qui, tout doucement, se termine. Et oui ! « Déjà ! » me diront certains ... Sur le jardin, nous pouvons observer que certaines cultures sous serre commencent à nettement baisser en rendement, c'est le cas, par exemple, de la tomate ou de l'aubergine. Lors du pic de production, nous pouvons atteindre facilement plus d'une tonne de tomates par semaine. Notre décision, durant l'été, a été de vous en faire profiter un maximum ! C'est notamment pour cela que vous avez pu remarquer que vos paniers étaient généreusement fournis durant toute la période estivale. Notre motivation de tous les jours est de produire en qualité et diversité pour garnir vos paniers. Profitez-en pour congeler, transformer, et pouvoir profiter d'une bonne ratatouille cet hiver.

Ce qui est important de retenir pour nous, c'est de faire le nécessaire pour remplir les paniers toute l'année. La quantité de légumes dans les paniers d'été permet notamment d'équilibrer les paniers sur toute une année. Cela veut dire qu'à certaines périodes de l'année, les paniers seront peut-être un peu moins garnis, mais nous travaillons en ce moment, intensément, pour préparer l'hiver. La période difficile en maraîchage pour fournir les légumes s'étend souvent de Mars à Mai car selon les conditions climatiques, les légumes de printemps peuvent prendre du retard alors que les légumes d'hiver de conservation commencent à manquer.

Nous nous sommes donc attaqués cette semaine à la plantation des légumes d'automne et d'hiver et ce sont plus de 20 000 plants de navets, 5000 d'épinards, de fenouil, de chou chinois et de ciboule qui ont été plantés en ce début de semaine. Et puis, nous avons aussi continué d'entretenir les cultures et entrepris de gros chantiers de désherbage. Nous avons également assuré toutes les récoltes (avec une belle récolte de haricots), préparer les paniers et les commandes pour les magasins... Encore une semaine bien rythmée !



Profitez bien des haricots, ce n'est pas encore la fin !

Mathieu - Encadrant Maraîcher