

# La Feuille de Chou



Christine sera présente avec ses plats préparés  
ce vendredi 6/12 à Planaise

## L'EDITO :

Chères adhérentes, chers adhérents,

La rencontre « Paysans de Nature » que nous avons accueilli à Terre Solidaire, a été un succès vendredi dernier. Elle a réuni 25 personnes issues du milieu naturaliste (représenté par la LPO - Ligue de protection des oiseaux, FNE - France Nature Environnement,



le CEN - Conservatoire des Espaces Naturels, l'OFB - Office français de la biodiversité) et du milieu agricole (représenté par 6 producteurs et l'ADABIO) sur une réunion permettant de mieux comprendre les enjeux de ce réseau.

Un temps convivial, ouvert à tous, a été ensuite proposé le soir autour de 3 ateliers tournants. Une quarantaine de personnes ont pu échanger autour du sol, des auxiliaires, des habitats naturels et des oiseaux présents à Carmintran.



## Pour un Panier

0,6	kg	Oignon
1	botte	Ciboule
1	botte	Navet
1	kg	Chou rave
1	pièce	Salade

### Selon dépôt :

Fenouil 0,700 kg - Chou rouge 0,700 kg  
Epinard 0,800 kg

*Lavez toujours vos légumes avant de les consommer.*

### FRUITS :

Clémentine : 0,700 kg Orange : 1 kg

## Navets confits au miel et à la sauce soja

Préparation : 10 mn - Cuisson : 15 mn

### Pour 3 personnes

- ◆ Navets : 1 botte
- ◆ Miel : 1 cuillère à café
- ◆ Sauce soja : 2 cuillères à café
- ◆ Verre d'eau : 0.5
- ◆ Beurre : 20 g
- ◆ Poivre



- Couper les fanes des navets en conservant 1/2 cm de vert.
- Brosser les navets et les rincer. Ne pas les éplucher car la peau est fine.
- Couper en deux s'ils sont un peu gros afin que le temps de cuisson soit homogène.
- Chauffer doucement le beurre dans la sauteuse puis ajouter les navets, le miel, la sauce soja et l'eau. Bien mélanger.
- Couvrir et laisser cuire jusqu'à l'évaporation de l'eau. Poivrer. Ce n'est pas la peine de saler grâce à la sauce soja.
- En fin de cuisson, bien rouler les navets avec une cuillère pour les enrober de la sauce sirupeuse.

La pépite de cette rencontre étant l'enthousiasme des personnes pour lancer un collectif local « Paysans de Nature » avec la proposition de compétences diverses.

Merci à Thomas Parsy et Marie Mossin d'avoir impulsé cette dynamique. Et longue vie à la création d'un réseau en Savoie !

**Fanny F. - Animatrice du Tiers-Lieu « La Popote »**

## **LE COIN DES CHARGÉES D'INSERTION :**

Chères adhérentes, chers adhérents,

Quelques départs et arrivées pour cette quinzaine à Terre Solidaire. En effet, Abubacar termine son contrat cette semaine et nous lui souhaitons un bon rétablissement.

Par ailleurs, nous avons accueilli Sodikat et Gran Agha. Ce seront les dernières embauches de 2024, les prochaines auront lieu en janvier 2025. Nous avons déjà 2 salariés de prévu pour janvier et quelques-uns sont en attente d'un entretien pour le mois de décembre. Les prescriptions ont repris ces derniers temps et c'est une très bonne nouvelle et de bon augure pour les recrutements de l'année prochaine.

En 2024, nous avons recrutées 29 personnes, ce qui est exactement le même nombre qu'en 2023. Mais ce n'est pas encore le temps pour les bilans chiffrés de l'année, même si, effectivement, qui dit fin d'année, dit début des bilans. Evidemment, je ne manquerai pas, fidèle à mes habitudes de janvier, de vous faire part des chiffres de l'année 2024.

En attendant, le mois de décembre, marque aussi la fin de plusieurs formations notamment pour Méquanint, Serge, Pascale et Farida. Tous les quatre suivaient des formations mutualisées avec d'autres structures d'insertion de la Savoie. L'ensemble de ces formations sont toujours efficaces, adaptées à chacun et appréciées par tous.

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

**Floriane D. - Chargée d'insertion.**

