

La Feuille de Chou

AOÛT :

- **MARCHÉ DU TERROIR** : vendredi 01/08 à Place de l'Europe à St Pierre d'Albigny
- **TERRE SOLIDAIRE PLANAISE** : Christine ne sera finalement pas présente avec ses plats préparés au mois d'août.

L'ÉDITO :

Chères adhérentes, chers adhérents,

En ce début de semaine, nos tomates, concombres, oignons et aulx, ont été valorisés en GASPACHO VELO ! Grâce à l'Agence Écomobilité Savoie Mont Blanc, nous avons pu mixer nos légumes à la force des mollets avec un « vélo-smoothie » qui nous a été prêté.

Ces animations se sont réalisées dans le cadre de la tournée estivale du bus de l'Office de Tourisme Cœur de Savoie. Au lac St André, habitants, touristes, cyclistes, nageurs et joggeurs sont venus se renseigner sur les activités offertes par notre territoire tout en coupant nos légumes pour ensuite déguster un savoureux gaspacho. C'était un très bon moment et une belle façon de valoriser nos légumes de manière ludique, merci à l'Agence Écomobilité et à l'Office de Tourisme pour ce partenariat ! Je vous souhaite un bel été avec toute la saveur de nos légumes pour la réalisation de vos gaspachos maison 🥰.



Pour un Grand Panier

0,7	kg	Oignon long rouge
1,5	kg	Carotte
2	kg	Tomate
1	kg	Courgette
1	pièce	Chou vert
1	kg	Haricot vert
1	pièce	Concombre lisse

Lavez toujours vos légumes avant de les consommer.

Flan de carottes au cumin et au chèvre

Préparation : 30 mn Cuisson : 30 mn

Pour 4 personnes

- 4 carottes
- 4 c. à s. de fromage blanc
- 3 c. à s. de crème fraîche
- 1/4 de c. à c. de cumin en poudre
- 3 œufs
- Fromage de chèvre frais
- Sel et poivre



- Faire cuire les carottes coupées en rondelles à la vapeur.
- Préchauffer le four à 180 °C (Th. 6)
- Réduire les carottes en purée et les réserver.
- Dans un saladier mélanger les œufs avec le fromage blanc, la crème fraîche, du poivre, une pincée de sel, le cumin.
- Ajouter la purée de carottes.
- Verser dans des petits ramequins et ajouter des cubes de fromage de chèvre frais sur le dessus.
- Mettre au four pendant 30 mn.

La Feuille de Chou

CRHONIQUE DES JARDINIERS :

Chères adhérentes, chers adhérents,

Dans la feuille de chou de cette semaine, je vais vous parler des attaques de ravageurs auxquels nous sommes confrontés en cette période. Je ciblerai, dans ces explications, principalement, certains insectes, leur pression plus ou moins forte et les dégâts liés aux attaques.

Le premier ravageur que je vous présente est le doryphore. C'est un insecte de l'ordre des coléoptères friands des plantes de la famille des solanacées. On le rencontre surtout sur la culture de pomme de terre (c'est pour cela que nombreux d'entre vous le connaissent) mais aussi l'aubergine, culture sur laquelle nous luttons depuis quelques mois déjà.



Des moyens de lutte ? Oui, il existe des traitements autorisés en Bio mais cette année nous luttons manuellement depuis son apparition au printemps.

Qu'est-ce qu'une lutte manuelle ? Le principe consiste tout simplement à supprimer le maximum de doryphores adultes dans un premier temps et à l'état larvaire ensuite. Cette lutte n'est pas des plus agréables car le principe consiste à les écraser un par un et de supprimer au maximum les œufs présents sous les feuilles et les larves déjà présentes. Le but est de laisser se développer une faune auxiliaire (guêpes, coccinelles,...) pour trouver un équilibre naturel. Il y a deux ans, nous avons connu une attaque impressionnante qui a quasiment tué tous les jeunes plants avec parfois plusieurs dizaines de doryphores par pied. Nous continuons donc notre lutte jusqu'à ce que la pression et la reproduction des doryphores baissent.

Malheureusement, notre aubergine attire un autre ravageur, très discret, mais faisant aussi de gros dégâts : la punaise et plus spécifiquement la punaise Lygus. Elle est très difficile à observer et se reconnaît grâce à un petit triangle sur le dos. Lorsque la fleur d'aubergine commence à peine à se former, la punaise vient piquer la fleur provoquant sa mort. La fleur « coule » c'est-à-dire qu'elle meurt et tombe. Aucune aubergine n'apparaîtra donc... Nous observons des dégâts considérables sur tous nos plants d'aubergines n'ayant quasi plus aucune floraison pour certaines plantes. Nous n'avons malheureusement pas de moyen de lutte efficace mis à part les pièges avec des phéromones (à essayer les années à venir). La culture de l'aubergine est donc mise à rude épreuve !



Continuons sur la punaise, et une autre espèce, qui nous cause quelques problèmes sur plusieurs cultures. La seconde espèce est la punaise Nezara Viridula, punaise verte très certainement connue par vous tous. Celle-ci s'attaque aux poivrons, tomates et de façon plus problématique aux concombres. Elle vient piquer la tête principale de la plante causant ainsi la fin du développement de la tige principale. Heureusement, le concombre développe beaucoup de gourmands qui, permettent ainsi de garder une certaine production. Punaise ! le maraichage biologique peut être vraiment difficile...



Pour finir sur une note un peu amère, venons à parler du charançon, nouveau ravageur de la betterave qui nous cause bien du souci depuis l'année dernière, en Savoie. Cela vous dit peut-être quelque chose car j'avais consacré un article sur celui-ci dans une feuille de chou et je vous laisse donc vous renseigner. Nous connaissons cette espèce de charançon depuis l'année dernière car l'ensemble de nos betteraves de garde avaient été impactées. Nous avons donc cette année mis en place des filets sur la betterave pour limiter les dégâts. Malheureusement, lors de mon astreinte, il y a deux semaines, j'ai pu observer des points nécrosés sur la tige des feuilles qui sembleraient être l'endroit où le charançon a pondu. J'ai donc continué mon observation pour découvrir que la larve était déjà au niveau du collet de la betterave. Ce ravageur rend donc la culture de betterave maintenant difficile. Nous vous en dirons un peu plus, mais en attendant profitez des légumes d'été.



Mathieu V. - Encadrant Maraîcher