

# La Feuille de Chou



## L'EDITO :

Chères adhérentes, chers adhérents,

Il y a plusieurs semaines de cela, nous vous sollicitons pour répondre à un questionnaire dans le cadre du Diagnostic Local d'Accompagnement (DLA) que nous réalisons. Nous reviendrons sur ce travail collectif qui va nous permettre de rédiger le prochain projet stratégique de l'association. Mais avant cela, retour sur quelques résultats du questionnaire auquel vous avez été environ 40 à participer.

S'agissant, tout d'abord, de la raison d'être de l'association, elle est claire pour la grande majorité des répondants et alignée avec leurs propres valeurs. Ces valeurs se résument pour l'essentiel dans ces mots :

- ⇒ Solidarité et entraide.
- ⇒ Insertion et inclusion sociale.
- ⇒ Respect de l'humain et du vivant.
- ⇒ Agriculture biologique et ancrage local.
- ⇒ Utilité sociale.

À la question de savoir ce qui pourrait faciliter votre participation à la vie associative, les répondants ont été nombreux à évoquer leur manque de temps et à nous suggérer des pistes d'évolution comme celle de favoriser différents niveaux d'implication en proposant des missions bénévoles, concrètes et flexibles, ponctuelles ou régulières, sans obligation forte (nous en prenons bonne note).

Concernant cette fois nos outils de communication, les répondants sont majoritairement satisfaits des supports existants (feuille de chou, page Facebook, site internet). Ils nous encouragent à continuer à les faire vivre comme nous le faisons actuellement tout en promouvant les occasions de rencontres directes entre adhérents, administrateur (trice)s, salarié(e)s (temps conviviaux, événements, visites, échanges avec les équipes).

Pour le reste, et pour les plus curieuses et curieux d'entre vous, le secrétariat tient évidemment à votre disposition l'ensemble des réponses au questionnaire.

Merci à toutes celles et ceux qui ont répondu et à charge de revanche pour tou(te)s les autres.

Bonne fin de semaine.

Laurent P. - Directeur.

## Pour un Panier

0,3 kg Ail  
1,5 kg Courgette  
0,65 kg Fenouil  
2 pièce Salade

### Selon dépôt :

Aubergine : 0,45 kg - Haricot : 0,5 kg  
Oignon blanc : 0.2 kg

*Lavez toujours vos légumes avant de les consommer.*

## FRUITS :

Abricot : 1 kg - Pomme : 1 kg

## Salade avocat, courgette, concombre et pamplemousse

Préparation : 15 mn - Cuisson : 2 mn  
6 personnes

- ◆ 2 petites courgettes
- ◆ 1 concombre
- ◆ 1 fenouil
- ◆ 1 pamplemousse rose
- ◆ 3 avocats
- ◆ 10 feuilles de basilic
- ◆ 3 c. à s. d'huile neutre
- ◆ 3 c. à S. d'huile d'avocat
- ◆ 3 c. à s. de vinaigre de cidre
- ◆ 1 petit piment
- ◆ Poivre du moulin

Lavez les légumes et le basilic, pelez le concombre.

Coupez les courgettes en bâtonnets ou en tagliatelles avec une mandoline, faites-les cuire 2 mn dans de l'eau bouillante salée, égouttez-les.

Émincez très finement le fenouil et le concombre et mélangez-les aux courgettes.

Pelez le pamplemousse, séparez les quartiers en recueillant le jus.

Mélangez vivement le jus avec les huiles, le vinaigre, du sel, du poivre, le basilic haché et le piment coupé en fines rondelles, jusqu'à l'obtention d'une émulsion.

Pelez les avocats, coupez-les en 1, ôtez les noyaux puis recoupez chaque moitié en lamelles. Répartissez les légumes, le pamplemousse émietté et posez l'avocat dessus, nappez de sauce et servez.

# La Feuille de Chou



## CHRONIQUE DES JARDINIERS :

Chères adhérentes, chers adhérents,

En ce début du mois de juin, alors que les tous premiers légumes d'été arrivent dans votre panier cette semaine, voici un petit tour d'horizon des cultures en place.

À Planaise, l'implantation des cultures d'été se termine. Toutes les serres affichent complet, y compris les deux nouvelles construites au printemps. C'est une aubaine car le sol, sous ces dernières, est « neuf » pour les cultures de tomates, patates douces et poivrons qui s'y trouvent. On espère que ce sera gage de belles récoltes prochainement !



Dans les serres voisines, les tomates et les concombres sont bien partis également et devraient arriver en production d'ici fin juin. Le cycle de production des poivrons est plus long, ils arriveront à maturité fin juillet. Cette année, à la différence de l'année dernière, bon nombre de patates douces ont été plantées sous serre pour éviter la pourriture des tubercules qu'on a connue au moment de la récolte.



Les courgettes de pleins champs sont également très belles à cette période : c'est le jaune des fleurs qui domine, la pollinisation des abeilles bat son plein, nous allons récolter cette semaine plus de 200 kg. Dommage que la phacélie, fleurs semées comme engrais vert, soit déjà fanée : la coexistence des deux fleurs aurait été un régal aussi bien pour les abeilles que pour les yeux.

Depuis la semaine dernière, nous récoltons l'ail nouveau, nous sommes très satisfaits de la qualité des gousses mais nous craignons l'arrivée de la rouille avec l'humidité et les températures plus fraîches de cette semaine.

Plus loin de Planaise, sur la parcelle de Chautemps, ce sont les échalotes, courges butternut, betteraves et cardons qui occupent le terrain. J'arrête ici la présentation de notre assolement : nous sommes à peine au début de l'été et je vous parle déjà des légumes d'hiver ! Désolé, c'est un réflexe de maraîcher, nous avons déjà en tête la saison suivante. En effet, les légumes que nous planterons ou sèmerons ces prochains jours serviront à garnir les paniers d'automne et d'hiver.

Bonne fin de semaine à vous,

**Sylvain C. - Encadrant maraîcher.**