



# La Feuille de Chou

## Edito

Chères Adhérentes, Chers Adhérents,

Tous les deux ans, le réseau Cocagne organise un forum national. Cette année, il a lieu à Toulouse. Floriane et moi avons fait le voyage car le thème principal dépendait de notre champ de compétences Les alliances fertiles.

Un long voyage de 6 heures nous a permis de discuter avec les autres Jardins de Rhône Alpes, de comparer nos pratiques, nos difficultés, nos réussites...

Et enfin, la ville rose. Floriane a un sens de l'orientation innée. Elle nous a conduit à l'hôtel sans se perdre une seule fois. Elle nous a juste fait découvrir les quartiers chauds de Toulouse !

Jeudi commençait le forum : 200 personnes de la France entière, toutes bénévoles, membres de CA, permanents des structures.

Nous avons eu droit à un discours d'accueil fort passionnant, écrit sous le mode humour. En résumé, nous pratiquons la culture de nos aïeux, nous prenons soin des plus fragilisés et pourtant, les Jardins du Réseau Cocagne participe à une économie novatrice, l'économie sociale solidaire.

Une nouvelle réforme de l'insertion par l'activité économique va rythmer l'année 2014 et nous reviendrons dessus au printemps quand la DIRECCTE aura communiqué les consignes. Et, à l'heure des modifications, il faut que chacun se prépare à oser de nouvelles alliances et principalement des alliances avec l'entreprise.

Jean-Guy HENCKEL, directeur national du Réseau Cocagne a ensuite pris la parole avec un discours centré sur la nécessité de changer d'échelle et d'entreprendre autrement.

Pour le fondateur du réseau, la méthode consiste à allier sur un territoire, économie, social et écologie. Il les a nommées les 3 sœurs ennemies du développement durable. Il pense qu'il est nécessaire d'accepter l'inconfort et la tension quotidienne qu'entraîne leur cohabitation. La solution est d'admettre de le faire hors de son cadre, en partageant valeurs et pratiques avec toutes les forces vives de nos sociétés.

Jean-Guy HENCKEL poursuit par le fait qu'il est nécessaire de prendre conscience de la transition socio-écologique. Elle est, de plus, déjà éprouvée par les pouvoirs publics, les entreprises et la société civile qui se doivent d'inventer de nouveaux modèles d'intervention.

En s'alliant autour d'un projet associatif fort, les pouvoirs publics s'armeraient efficacement contre le chômage endémique, les entreprises trouveraient de nouveaux collaborateurs mieux préparés et répondraient à leur responsabilité sociale, et la société civile, tellement friande de sens et de proximité, y trouverait les produits et services qu'elle recherche.

Ces nouvelles alliances représentent dans l'avenir une véritable opportunité de résoudre de grands problèmes sociaux avec des modèles économiques viables, mais aussi retissent des liens entre des parties prenantes fières de réinventer une démocratie de réconciliation au service des hommes et des territoires.

Le directeur National termine par une phrase qui pourrait devenir notre fil rouge en 2014 : oser et tenter ces nouvelles alliances fertiles.

Nous nous retrouverons la semaine prochaine pour des nouvelles savoyardes.

Véronique, Coordinatrice

**Chou-Rave :** On le consomme principalement cru. Sa saveur ressemble à un mélange de navet et de pomme verte. On dit qu'il est rafraîchissant et apéritif. Il s'accommode comme le navet ou le céleri-rave. On peut aussi l'utiliser en gratins, soupes et potages, purée, en accompagnement de viandes et poissons, volailles, en ragoûts, sauté, rôti, cuit à la vapeur. On utilise les feuilles comme les épinards, en omelette et fricassées.

## Votre panier

Pour une part :

- 1 kg Pommes de terre
- 1 kg Choux Raves
- 1 kg Carottes
- 1 kg Oignons jaunes
- 0,8 kg Céleris branches
- 2 Salades
- 1 Bouquet de persil

## La Recette de la semaine

Velouté de céleri branche

Prépar : 20mn / Cuisson : 30mn / 4 personnes

- 500 g de céleri branche
- 1 oignon
- 40 cl de bouillon de volaille
- 25 cl de crème liquide
- 20 g de beurre
- 2 brins de coriandre
- 1 pincée de curry en poudre, sel, poivre

Laver et effeuiller la coriandre.

Éplucher et couper le céleri branche en petits morceaux.

Éplucher, laver et hacher l'oignon.

Faire fondre le beurre dans une casserole, y déposer l'oignon, cuire 2 à 3 mn à feu doux. Ajouter le céleri branche et le curry. Remuer 1 mn Verser le bouillon. Couvrir, porter à ébullition et cuire 25 mn à feu doux. Au terme de la cuisson, mixer finement et incorporer la crème. Assaisonner. Réchauffer.

Servir bien chaud, parsemé de coriandre frais ou surgelé.

Commentaire du Chef : Pour rendre ce velouté plus consistant, le garnir de petits morceaux de saucisse fumée poêlée ou de bacon croustillant ! Les enfants adorent ajouter leur petite touche supplémentaire. Pourquoi ne pas leur faire plaisir et laisser gruyère râpé, fromage frais, crème fraîche, petits croûtons dans de jolis bols colorés à leur portée. Le velouté offre une jolie palette d'éveil aux goûts. Et pour lui donner une tenue plus sophistiquée en un tour de main : l'agrémenter d'un nuage de crème fouettée aux fines herbes. Une petite touche lactée qui saura flatter les palets des gourmands les plus exigeants !

Rappel :  
Les reports éventuels de paniers se font sur l'année civile (dernier panier le 20/12/2013)



## Petit coin des Maraîchers

Voici bel et bien la première véritable offensive de l'hiver, avec les premières neiges savoyardes pour moi. Les récoltes de légumes de plein champ sont bien avancées, les cardons sont rentrés, il ne reste que les planches de panais qui jouent les prolongations.

La période hivernale va stopper notre activité de maraichage en plein champ. La composition des paniers repose donc sur les légumes de conservation et les dernières planches de salades, mâches et épinards sous abri qui arrivent à maturité.

En effet avec la baisse du thermomètre il n'est plus possible de faire pousser des légumes à l'extérieur. D'une part, à cause de la période de gel qui va stopper la végétation qui reprendra dès que la température augmentera de nouveau et, d'autre part, car la faune présente dans le sol va aussi ralentir son activité.



*Structure de sol grumeleuse*

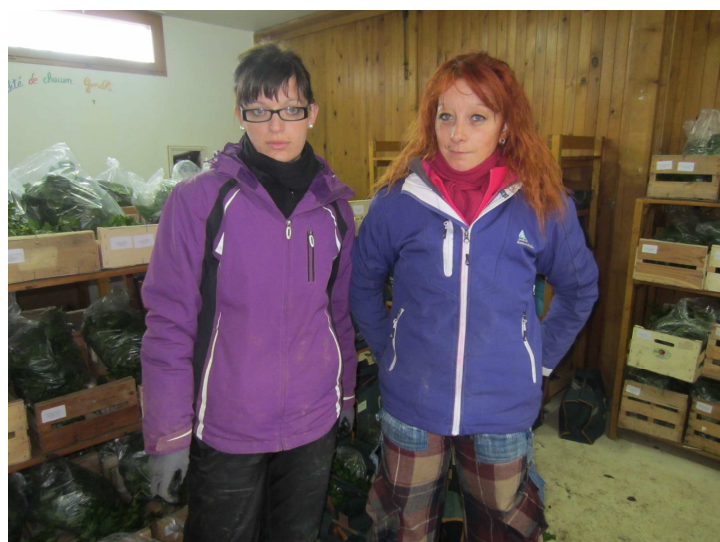
Arrêtons-nous quelques instants sur cette « faune du sol » : elle va avoir plusieurs rôles majeurs à jouer dans le bon fonctionnement des sols agricoles.

Par son activité elle va permettre de lier la fraction organique du sol (résidu de culture, apport de matière organique) à la fraction minérale du sol (feuille d'argile, sable, limons). Cette liaison va permettre d'obtenir une bonne structure du sol de type grumeleuse (sous forme de grumeaux) qui est indicateur d'une activité biologique intense.

En plus, elle va améliorer la porosité du sol qui va donc permettre une meilleure circulation de l'oxygène, de l'eau et favoriser le passage du système racinaire de la culture.



Bérenger, encadrant maraîcher



Alexandre réapprovisionne en salades.  
Elodie et Julie viennent de terminer la préparation des paniers.