

Vendredi 10 janvier 2014

Semaine 2



La Feuille de Chou

Edito

Chères Adhérentes, Chers Adhérents,

C'est avec plaisir que nous nous retrouvons pour cette nouvelle année 2014.

Pour commencer, toute l'équipe de Terre Solidaire ainsi que le Conseil d'administration vous présentent ses vœux. Que 2014 vous apporte autant de joie, de bonheur que de réussites tant professionnelles que personnelles. Que la santé soit au rendez-vous pour chacun de vous et les êtres qui vous sont chers.

Nous continuons en souhaitant la bienvenue aux nouveaux adhérents.

Terre Solidaire est avant tout un Atelier Chantier d'Insertion. Notre métier consiste à donner les moyens aux personnes en difficulté de trouver des solutions pour sortir du champ de l'insertion.

Ainsi en 2013, 56 personnes ont retrouvé un emploi en signant un contrat à Terre Solidaire.

Faire pousser des légumes pour livrer vos paniers est une des tâches confiées à chaque salarié polyvalent, trouver des solutions aux diverses problématiques est une autre fonction d'un ACI.

Nous espérons votre soutien car sans vous, Terre Solidaire ne pourrait pas fonctionner.

Et si le printemps se veut plus clément que l'an passé, gageons que 2014 nous permettra à tous d'atteindre nos objectifs.

Nous nous retrouverons la semaine prochaine pour de plus amples informations.

Avant de terminer, je me permets de vous rappeler que vous avez un site internet à votre disposition : <http://terre-solidaire-savoie.org>

N'hésitez pas à l'utiliser ou à nous laisser des messages sur coordination@terre-solidaire.fr. Nous nous empresserons de vous donner le maximum de renseignements.

Belle semaine à tous.

Véronique, Coordinatrice

Avantages pour la santé du Rutabaga :

Le rutabaga a des vertus diurétique, laxative, digestive, reminéralisante, désinfectant intestinal.

La consommation régulière de crucifères aurait une incidence sur la prévention de certaines maladies. Les crucifères entravent l'absorption de l'iode.

(Renseignements trouvés dans différents documents non scientifiques).

Votre panier

Pour ½ part

1 kg Pommes de terre
0,5 kg Radis noirs
0,5 kg Rutabagas
0,5 kg Oignons jaunes
1 Pain de sucre
150 g Mâches

La Recette de la semaine

Rutabagas au lard et pommes de terre

Préparation : 20 mn

Cuisson : 30 mn

Ingrédients (pour 4 personnes) :

- 900 g de rutabagas (aussi appelé navet jaune ou chou-navet)
- 800 g de pommes de terre
- 3 beaux poireaux
- 200 à 300 g de lard fumé
- cornichons
- un autocuiseur (ou augmenter le temps de cuisson)

Préparation :

Éplucher les rutabagas et les couper en tranches, puis les plonger dans une casserole d'eau bouillante et les faire blanchir 10 mn.

Pendant ce temps, éplucher les pommes de terre et les couper de la même façon, tronçonner les poireaux et déliter le lard en gros lardons.

Faire revenir doucement le lard avec les poireaux dans l'autocuiseur avec un peu de matière grasse. Il ne faut pas que les ingrédients brunissent. Ajouter les pommes de terre, les rutabagas égouttés et 2 grands verres d'eau. Fermer l'autocuiseur et compter 20 mn de cuisson sous pression.



vous présente ses meilleurs vœux pour l'année 2014



Le coin des maraîchers

C'est donc à moi que revient le privilège d'ouvrir le bal de la nouvelle saison et d'apporter ma première contribution dans la feuille de chou 2014.

Le jardin a ré-ouvert ses portes en ce lundi 6 janvier 2014. Une nouvelle saison se profile donc à Terre Solidaire.

Comme vous l'aurez constaté, les derniers épisodes météorologiques sont très doux pour la saison. Ils ne sont pas pour déplaire aux deux encadrants, aux jardiniers mais surtout ils profitent aux cultures mises en place sous serres.

En effet, ces températures clémentes ont permis aux diverses salades, mâches, épinards sous serre de bien se développer pour remplir au mieux vos paniers !

Les chambres froides quant à elles renferment encore de bonnes quantités de légumes de conservation, qui vous seront aussi proposés lors des livraisons de paniers.

La clémence de la météo a même favorisé la germination du dernier semis de mâches réalisé pendant la période de froid du mois de novembre.

L'activité maraîchage tourne en ce début d'année au ralenti. C'est une autre activité qui domine les débats durant la période hivernale, le tirage de bois dans les vignes de Savoie.

Activité que je découvre en même temps que certains jardiniers. Il s'agit de prendre rapidement un coup de main efficace, tout en prenant garde de ne pas abîmer le cep de vigne.

Le tirage de bois permet aux jardiniers de pratiquer une autre activité que le maraîchage, de garder une activité physique dynamique, de maintenir une charge de travail pendant la période creuse, et de diversifier les sources de revenus pour le jardin.

Bérenger, encadrant maraîcher



Préparation des cardons pour la vente qui a eu lieu mi-décembre 2013 à Planaise et qui fut une réussite !

