



# La Feuille de Chou

## Edito

Chères Adhérentes, Chers Adhérents,

Mardi, nous avons eu le plaisir d'accueillir Oasis. C'est un autre jardin du Réseau Cocagne à Saint Just Saint Rambert, non loin de Saint Etienne.

Ce fut l'occasion de nombreux échanges entre membres du Conseil d'Administration et permanents des deux associations.

Partager sur les pratiques permet de grandir.

Ce fut ainsi un moment chaleureux où nous avons pu discuter autour d'un sujet central : la livraison des fruits. Notre expérience est courte : une année. Cependant, elle est riche d'enseignements. Nous avons ainsi tenté d'améliorer notre méthode de travail depuis la première livraison... Il reste encore beaucoup de choses à modifier pour être plus performants.

Certes, mais, si nous pouvons retenir un élément, je m'avancerai pour dire que la proposition d'un panier de fruits est née car elle correspondait à une de vos attentes.

La volonté du Conseil d'Administration est de demeurer, tant que faire se peut, sur des livraisons de fruits produits en Rhône-Alpes.

En ce début de printemps, c'est un peu difficile. Et nous nous en excusons. Hormis les pommes et les kiwis, il est compliqué de rester sur des produits locaux.... Et c'est ainsi que vous avez pu trouver des kumquats dans les paniers. Ils viennent d'Italie.

L'aventure fruits est une initiative, qui, espérons le, vous séduit. N'hésitez pas à nous faire remonter vos remarques afin que l'on puisse être au plus proche de vos attentes.

Merci à Oasis pour sa visite. Nous irons, à notre tour, découvrir leur jardin en fin d'automne.

A tous, je vous souhaite une charmante semaine.

Véronique, Coordinatrice



## Votre panier

Pour une 1/2 part

1 kg Epinards  
0.5 kg Carottes  
300 g Mâches

Pour info : Nous avons valorisé votre panier, il s'élève à 8.74€ (prix moyen de la 1/2 part 8.55€)

## La Recette de la semaine

Lasagnes d'épinards façon rapide

Préparation : 20 min

Cuisson : 40 min

Ingrédients (pour 6 personnes) :

La préparation aux épinards :

- 1 kg d'épinards, 1 poignée de poireaux
- 1 poignée de champignons revenus dans 1 noix de beurre, ail, sel, poivre

Pour dresser les lasagnes :

- 1 paquet de lasagnes, 400 g de gruyère râpé
- 25 cl de crème liquide (légère de préférence), chapelure

Préparation :

Mettre tous les ingrédients pour la préparation aux épinards dans une poêle à bords hauts. Laisser cuire à couvert environ 10/15 minutes en remuant de temps en temps puis découvrir la poêle pour laisser sécher un peu. Dans un plat rectangulaire, 1 couche d'épinards, puis du gruyère râpé. Arroser uniformément le gruyère de 3 cuillères à soupe de crème liquide (il n'est pas nécessaire de mettre beaucoup de crème à chaque couche) puis 1 couche de lasagnes. Recommencer jusqu'à épuisement des épinards. Finir par des épinards, du gruyère et de la chapelure. Couvrir par 1 feuille d'aluminium et mettre 40 minutes au four à 180°C (thermostat 6). Vérifier la cuisson des lasagnes à l'aide d'un couteau. En fin de cuisson découvrir pour dorer le dessus des lasagnes si nécessaire.



**Rappel: Nous recherchons toujours des terres  
Merci de nous aider.**



**Attention :**

Vous trouverez dans votre panier, une enveloppe d'invitation à l'AG. Pensez à réserver votre date du 11/04/14. Néanmoins, si vous ne pouvez pas venir, retournez dès aujourd'hui votre pouvoir signé (pour les adhérents 2013), afin que vous soyez représentés. Merci.

**INFOS pour les adhérents qui prennent leur panier à Challes-les-Eaux**

**A partir du 4 avril**, le point de livraison de Terre Solidaire se fera dans le magasin à l'entrée de la ferme. Monsieur Gilles CICERO, paysan-boulangier de la Ferme des Baraques, souhaite que les voitures stationnent légèrement en amont de la ferme pour dégager l'entrée de la cour qui est souvent très encombrée. Nous vous rappelons qu'il est fortement déconseillé d'aller sur le chemin d'accès à la ferme pendant les heures scolaires. **Merci de votre compréhension.**

## Coin de la Chargée d'Insertion

Un nouveau contrat de travail pour Michel qu'on ne présente plus à Terre Solidaire! En effet, Michel, présent depuis de nombreuses années en contrat A.V.A d'une part et en tant que bénévole d'autre part, est embauché depuis mardi 25 mars, en contrat CUI de 26 heures hebdomadaires.

Par ailleurs, nous souhaitons une bonne continuation et de la réussite professionnelle à Zehra qui termine son contrat d'employée de collectivité au sein du CHRS, le 31 mars.

Lors de cette quinzaine a eu lieu les 2 dernières sessions de formation sur les techniques professionnelles en maraîchage, animées par Charlotte du CFPPA de La Motte Servolex. Le 3ème module avait pour thème la récolte des légumes ou comment reconnaître le stade de maturité et l'importance d'avoir les bons gestes afin de ne pas endommager les cultures. Le dernier module portait sur la protection des végétaux en général, plus précisément sur le repérage des signes de maladies, les méthodes de traitement en lutte biologique et l'intérêt du désherbage des planches de culture, notamment des carottes. Mais, fini le temps de formation, est venu le temps de l'évaluation ! Ainsi deux séances d'évaluation auront lieu aux Triandines pour 8 jardiniers, mais je vous en dirai un peu plus dans 15 jours, lors de ma prochaine participation à la feuille de chou !

Floriane, Chargée d'Insertion



Le mois dernier, Adrien a mis en cagettes avec minutie les pommes de terre de semence, afin que les germes puissent pousser dans de bonnes conditions.

Christian participe ce jour à la mise sous pli des convocations à l'Assemblée Générale.



**Demande de matériel :** Si vous avez une machine à laver en état de marche, même ancienne et que vous ne vous en servez plus, elle pourrait avoir une 2<sup>ème</sup> vie à Terre Solidaire, pour laver du linge très sale, chiffons etc...

