



# La Feuille de Chou

## Edito

Chères Adhérentes, Chers Adhérents,

Voici un édito différent. En effet, cette semaine, il va permettre de mettre en exergue des salariés en insertion.

Ainsi, mardi avait lieu la remise des attestations de compétences aux Jardiniers ayant brillamment réussi les épreuves de cette formation.

Le directeur du CFPPA de la Motte Servolex, Hervé Dalmais, et la performante formatrice Charlotte Perrier, nous ont accueillis pour une remise officielle.

Charlotte a félicité les Jardiniers des Triandines et de Terre Solidaire pour leur travail et leur courage. Ils ont, en effet, eu envie d'apprendre et d'évoluer.

Mylène a travaillé avec soin et efficacité, Elodie est autonome dans la préparation des paniers, Julie comprend les consignes et réalise avec dextérité les semis, Stella (salariée des Triandines) comprend rapidement et a de nombreuses connaissances qui lui permettent d'être efficace, Moïse est toujours volontaire, Joseph est devenu expert dans le nettoyage des tunnels, Nordine a réalisé des tâches de plantations avec sérieux et avec un rythme soutenu, Adrien est professionnel dans chaque tâche confiée car il se montre toujours intéressé, Carlos (salarié des Triandines) assure son travail avec un rythme soutenu. Son sérieux le rend intéressant pour une entreprise.

Charlotte a assuré, comme chaque année, cette formation d'une part pour les Triandines, et, d'autre part, pour Terre Solidaire.

Au moment de l'évaluation, les salariés vont dans l'autre structure (lieu méconnu et même activité). Ils tirent au sort une tâche à réaliser et sont évalués.

Tout le monde n'obtient pas l'attestation. Les Jardiniers qui réussissent détiennent alors un document faisant le point sur leurs compétences. Ils pourront ensuite le valoriser auprès d'un employeur.

Nous profitons de cet espace pour tous les féliciter.

Mardi, nous avons aussi vécu un évènement particulier : le dernier jour de travail d'Alexandre. En effet, Alexandre part à la retraite.

Après une vie passée au travail, il va pouvoir se reposer. "Pas tant dit-il car il a plein de projets. Il a, tout au long de sa carrière, été serrurier, chauffeur-livreur, buraliste, tourneur-fraiseur dans l'industrie, maçon et a aussi eu un bar-restaurant.

A la vente de son restaurant, il a vécu des moments difficiles. Pour retrouver un peu de calme dans sa vie, il a trouvé un emploi à Terre Solidaire. Il dit que cela lui a permis de retrouver confiance, d'aller mieux. Il est tellement satisfait de son emploi à Terre Solidaire qu'il a décidé durant sa retraite de venir, de temps en temps, comme bénévole dans les champs et serres de Planaise.

Ses projets : aller au Portugal, créer un grand jardin, afin de livrer des légumes à des personnes démunies.

Chapeau.

L'ensemble de l'équipe se joint à moi pour lui souhaiter une belle vie sur son nouveau chemin.

Véronique, Coordinatrice

## Votre panier

### Pour une part

2 kg	Courgettes
2 kg	Blettes
0.3 kg	Oignons blancs
1 kg	Tomates
1	Chou fleur
2	Salades
2	Concombres

## La Recette de la semaine

### TIMBALE DE COURGETTES

#### Ingrédients pour 6 personnes :

1.5kg de courgettes +750g de tomates  
6 œufs +30g de beurre  
50g et 50g de gruyère râpé  
1/4l de lait et 1/4l de crème  
3 oignons + Huile d'olive

#### Préparation :

Egrainer les tomates et les couper en dés, faire revenir dans 2 cuillères d'huile. Laisser en attente.

Hacher les oignons et les fondre dans 2 cuillères d'huile sans les noircir. Laisser en attente

Couper les courgettes en rondelles sans les éplucher et cuire dans 4 cuillères à soupe d'huile, saler et poivrer et laisser en attente.

Faire un roux juste rosé (beurre+farine), mouiller avec le lait, la crème, saler et poivrer et laisser cuire encore 5 mn.

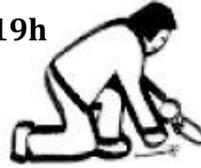
Hors du feu, incorporer les œufs battus en omelette et le râpé.

Mettre dans un plat en pyrex les courgettes, puis tomates et oignons par couche et napper de la sauce.

Quelques copeaux de beurre au-dessus et faire cuire 20mn à th7.



**Nous vous attendons nombreux à Planaise  
le vendredi 4 juillet entre 14h et 19h  
pour le marché Ratatouille**



## Coin des Maraîchers

Nous voilà déjà au début de l'été, période dans laquelle les journées de travail à Terre Solidaire sont rythmées par les arrosages, les récoltes, les plantations, le désherbage, les livraisons et autres opérations culturales (égourmandage des tomates, tuteurages des poivrons, aubergines ...)

Il s'agit pour les encadrants d'organiser le travail pour que chaque tâche soit réalisée quotidiennement.

Autant dire que le travail regorge autant que les légumes en cette saison !

De plus il nous faut déjà penser à l'hiver prochain, avec les plantations des légumes de conservation sur lesquels il faut veiller tout particulièrement. En effet, de par la longueur du cycle de culture, il est difficile de rattraper les erreurs. Par exemple un chou cabus de conservation sera récolté 140 jours après sa plantation !

Assez parlé de l'hiver restons de saison avec la courgette par exemple, cultivée en quantité importante sur le jardin, avec déjà 1,1 tonne de récoltée par les mains d'Adrien en 2014 !

En début de saison, il s'agit de la variété Parthénon et Tempra que vous trouverez dans vos paniers.

La courgette possède sur un même plant en des endroits différents les organes mâles et femelles. Elle est donc une plante dite Monoïque.



Fleur mâle

Fleur femelle

Pour qu'elle produise, il faut obligatoirement qu'il y ait une fécondation croisée, la plupart du temps faite par un insecte pollinisateur (bourdon, abeille domestique). Il s'agit d'une pollinisation entomophile.

La variété Parthénon présente une particularité, elle bénéficie d'un mode pollinisation parthénocarpique c'est-à-dire sans fécondation de l'ovule.

Elle peut donc produire sans insecte pollinisateur. Nous l'utilisons donc en début de saison quand les conditions climatiques sont difficiles et ne permettent pas la présence de pollinisateurs.

Bérenger, encadrant maraîcher



**Les diplômés des jardins des Triandines et de  
Terre Solidaire, à l'honneur !**

**Alexandre, notre retraité méritant**

