



La Feuille de Chou

Edito

Chères Adhérentes, Chers Adhérents,

Si vendredi 13 fut synonyme de chance pour un heureux Espagnol devenu multimillionnaire, il fut une des journées à oublier pour Terre Solidaire.

Commençons dès le matin.

Quelle ne fut pas la surprise du chauffeur de la navette de découvrir que la grève des trains allait nous conduire à affronter la journée avec un effectif plus que réduit. Pa n'importe quelle journée, non, un vendredi : la journée où chacun doit être mobilisé entre les récoltes et la confection des paniers.

Juste un mot : ORGANISATION. Point ne sert de paniquer, il faut faire avec les forces en présence.... Et les paniers ont pu être réalisés dans les temps.

Or, ce ne serait pas drôle si les soucis s'arrêtaient là.

Au moment de préparer les paniers de fruits, Bérenger et les Jardiniers responsables de la mise en sac des melons, ce sont douloureusement aperçus que 4 caisses ne pouvaient pas être livrées.

De l'ordre de l'impossible.

Les melons et la moisissure s'étaient rencontrés et avaient lié une histoire d'amitié.

Pas question de les livrer.

Nous avons prévu de joindre aux deux melons, des noix. Or les noix doivent être triées. Dans le feu de l'action, les noix n'ont pas pu être triées et préparées pour être mises dans le panier.

Nous vous présentons nos excuses pour le problème de panier de fruits de la semaine passée.

Par conséquent, cette semaine nous remplaçons les melons et vous découvrirez, pour les adhérents fruits, un panier plus conséquent.

Je termine en vous rappelant que nous organisons vendredi 4 juillet, un marché complémentaire à vos paniers. N'hésitez pas à venir à Planaise, entre 14h et 19h, vous trouverez des légumes et des fruits tout spécialement préparés pour vous faire plaisir.

Véronique, Coordinatrice

Nous vous attendons nombreux le 4 juillet entre 14 h et 19h

(Les paniers seront livrés comme d'habitude sur chaque dépôt).

Votre panier

Pour 1/2 part

1.5 kg	Courgettes
0.5 kg	Haricots
1	Chou pointu
0.3 kg	Oignons blancs
1	Concombre
2	Salades

La Recette de la semaine

COURGETTES EN GRATIN

Ingrédients :

- 1 kg de courgettes
- 150 g de lard fumé
- 75 g de fromage râpé
- 3 oignons + 2 gousses d'ail
- 1 tasse à thé de farine
- 1 petit bouquet garni
- 1 bol de sauce tomate
- 1 verre d'huile, sel, poivre

Préparation :

Eplucher les courgettes, les couper en tronçons de 5 cm environ de longueur. Diviser ces tronçons en bâtonnets, les saupoudrer légèrement de sel fin et laisser égoutter. Couper le lard en petits morceaux, les faire blondir dans 2 cuillerées à soupe d'huile puis les retirer et les tenir au chaud. Dans la même huile, faire également dorer les oignons émincés. Les retirer puis les ajouter aux lardons. Eponger les courgettes, les fariner. Les faire dorer à la poêle, dans le reste de l'huile chaude. Quand elles sont colorées, les égoutter. Dans un plat allant au four, mélanger les courgettes, les oignons, les lardons. Ajouter le bouquet garni, l'ail haché et la sauce tomate. Assaisonner, saupoudrer le plat de fromage râpé. Glisser sous le grill du four, laisser gratiner. Servir chaud dans le plat de cuisson.



**Le report de panier se fait
au plus tard le dimanche soir
pour la semaine suivante**



Coin de la Chargée d'Insertion

Des nouvelles recrues pour Terre Solidaire pour cette fin du mois de juin : en effet, mardi prochain, 4 nouveaux jardiniers démarrent pour un contrat de 6 mois (Christan K, Wilfrid, Yasmina et Jean-Christophe) et Mary commence un contrat d'employée de collectivité mise à disposition au centre d'Hébergement. Bienvenue à tous!!

Lundi dernier a eu lieu la formation Gestes et Postures animée par Pierre Humbert de Prévalis. Ainsi 10 jardiniers (ainsi que Bérenger l'encadrant maraicher qui s'est joint à eux l'après-midi) ont suivi la formation pour acquérir les bonnes positions afin de limiter le plus possible les douleurs musculaires. La plupart du temps les "bons gestes" sont connus, mais la difficulté est de se faire violence pour les appliquer au quotidien.

Pour finir, deux jardiniers sont actuellement en stage : Alexandre qui effectue une période d'immersion d'une semaine au Super U de Francin sur un poste d'employé libre service et Myriam qui est en stage de 2 semaines chez Gilbert Perrin à Planaise.

Floriane, Chargée d'Insertion



Les beaux légumes de vos paniers, ou des prochaines livraisons...
Nous avons hâte de les déguster...
Quels beaux résultats pour nos jardiniers !

