



# La Feuille de Chou

## Edito

Chères Adhérentes, chers Adhérents,  
Alors que la préparation de la demi-journée consacrée à l'anniversaire de Terre Solidaire bat son plein, nous avons reçu une association Belge venue visiter un jardin de Cocagne.

Delphine, de l'association « nos oignons » est venue à notre rencontre pour connaître nos pratiques. Terre Solidaire travaille la terre, produit des légumes biologiques tout en donnant un emploi à des publics prioritaires.

« Nos oignons », quant à elle, est une association qui œuvre dans le champ de la maladie mentale et qui tente de trouver des alternatives.

« Nos oignons » met en place de nouveaux projets depuis 2012.

L'association permet à des publics relevant de maladies mentales de trouver une activité liée à la terre.

Elle organise des ateliers chez des maraîchers bio en Wallonie.

L'objectif n'est pas de produire mais de retrouver un lien avec la terre nourricière.

Les bénévoles de cette association constatent que du lien s'est tissé entre les maraîchers, les personnes malades et les bénévoles de l'association.

Les deux années d'expérience portent leurs fruits (et leurs légumes) puisque « nos oignons » vient d'obtenir une bourse nationale afin que Delphine puisse partir à l'étranger voir ce qui se pratique ailleurs.

Ce fut l'occasion de beaux échanges avec les Jardiniers et avec l'équipe.

Je terminerai cet édit en rappelant que les fondateurs du Réseau Cocagne avaient également cru aux bienfaits de la terre lorsqu'ils ont lancé le mouvement.

Quelques décennies plus tard, nous pouvons aussi écrire que la terre favorise le retour à des valeurs importantes.

Terre Solidaire, chaque jour, depuis 15 ans, tente aussi, de produire des légumes bio tout en apportant du travail.

Pari réussi.

Rendez-vous dans 15 ans pour faire d'aussi jolis constats.

Véronique, Coordinatrice

## Votre panier

Pour une ½ part

|        |                   |
|--------|-------------------|
| 0.9 kg | Haricots Coco     |
| 0.8 kg | Tomates           |
| 0.7 kg | Courgettes        |
| 1      | Salade            |
| 1      | Bouquet de persil |

## La Recette de la semaine

### GASPACHO

Temps de préparation : 15 min

Temps de cuisson : 0 min

Ingrédients (Pour 4 à 6 personnes) :

- 6 tomates mures, 1 concombre, 1 poivron rouge, 1 poivron jaune, 2 petits oignons, une gousse d'ail
- jus de 3 citrons (+/ selon les goûts)
- vinaigre (6 c. à soupe en fonction des goûts), huile d'olive (un 1/2 verre)
- basilic, piment en poudre, poivre et sel, un verre d'eau, glaçons (facultatif)

Préparation :

Laver les légumes et ôter la peau du concombre, épépiner les poivrons. Mixer tous les ingrédients, en prenant bien soin de réduire en purée l'ail et l'oignon. Ajouter de l'eau si la mixture est trop épaisse, l'huile, le vinaigre, le jus de citron et le basilic puis assaisonner. Bien mélanger et mettre au frigo au moins une heure, avec ou sans glaçon. Pour une préparation sans pulpe, une fois la recette réalisée, verser la préparation au travers d'une passoire avant de mettre au frais.



## Coin des Maraîchers



L'été fait son apparition en ce joli mois de septembre dans la Combe Savoie !

Ce sont les conditions climatiques idéales pour finaliser enfin la récolte des pommes de terre plus que conséquente cette année. Avec pas moins de 10 tonnes de récolte, mises en caisse et descendues à la cave de Francin ! Récolte qui a duré environ un mois.

L'occasion pour les encadrants et les jardiniers de faire jouer leurs muscles lors des multiples chargements et déchargements des caisses de pommes de terre.

Tiens, mais si je réfléchis bien cela fait maintenant 1 an que je suis arrivé à Terre Solidaire. Voilà qui ne nous rajeunit pas...

Entre le travail dans les vignes, la saison de maraîchage ponctuée de semis, de plantation de désherbage, de récolte, d'arrosage et de livraison ; bref tout un programme haletant et passionnant tout au long de l'année.

Mais voilà que déjà, il faut penser à la saison prochaine avec la commande des semences d'ails effectuée et la réservation des semences de pommes de terre sous peu.

L'implantation de cette liliacée aura lieu à la parcelle de la Chavanne, en rotation avec les pommes de terre.

Le nettoyage des parcelles a commencé. A la suite, il s'agit de pouvoir implanter nos couverts végétaux le plus rapidement possible afin qu'ils profitent des dernières chaleurs pour développer un maximum de biomasse et couvrir la surface du sol pour limiter le phénomène d'érosion des sols.

Bérenger, encadrant maraîcher



Nordine à la débroussailleuse et une équipe s'affère au ramassage des pommes de terre

Merci de bien vouloir penser à nous restituer les sacs plastiques, cabas et cagettes régulièrement ce qui facilite le travail des jardiniers.

