

Vendredi 12 Juin 2015

Semaine 24



# La Feuille de Chou

## Edito

Chères Adhérentes, Chers Adhérents,

Il n'y a pas si longtemps, on parlait des rigueurs de l'hiver et nous voilà aujourd'hui à la veille de l'arrivée de l'été...et des vacances.

Aussi bienfaitrices soient-elles, elles peuvent aussi engendrer un surcroît d'activités.

Maraîchers et Jardiniers s'activent pour que l'exploitation soit belle...et, elle l'est. Les champs sont pleins de légumes et chacun veille à ce que nous ne soyons pas envahis par les adventices (les herbes pas toujours si mauvaises). Le jardin est vraiment resplendissant...Les paniers n'en sont que plus fournis pour le bonheur de tous.

L'été est synonyme, bien souvent, de vacances et de reports de paniers.

Surtout, n'oubliez pas d'informer le secrétariat pour que nous puissions tenir compte de vos départs et rentrées de congés estivaux. Vous pouvez anticiper.

Pour mémoire, vous pouvez reporter vos paniers de la semaine suivante jusqu'au dimanche de la semaine précédente.

Pour terminer, nous vous rappelons que vendredi 26 juin, nous organisons un marché à Terre Solidaire. Ce sera alors l'occasion de faire un tour des parcelles, des serres pour voir vos prochains légumes.

Réservez déjà cette date nous vous attendons nombreux.

Véronique, Coordinatrice

### Rappel :

Au 11/06, Terre Solidaire compte 212 adhérents. L'association est toujours à la recherche de nouvelles adhésions.

Nous comptons sur vous pour diffuser l'information.

### Information :

17 personnes sont devenues « parrains » ou « marraines » de nouveaux adhérents.

2 paniers sont offerts :

Nous vous proposons 1 panier en semaine 25 et un panier en semaine 27.

### Votre panier

Pour un panier

2 kg	Courgettes
450 g	Carottes nouvelles
300 g	Brocolis
300 g	Oignons blancs
1	Concombre
1	Chou Pointu
1	Salade

### La Recette de la semaine Gratin de courgettes aux carottes et aux lardons

Temps de préparation : 30 minutes

Temps de cuisson : 15 minutes

Ingrédients (pour 4 personnes) :

- 2 courgettes
- 4 carottes
- 1 oignon
- 200 g de lardons
- 10 cl de crème fraîche
- un peu d'huile d'olive
- un peu de beurre
- 50 g de gruyère râpé

Préparation de la recette :

Faire cuire 5 min les courgettes coupées en rondelles dans une casserole d'eau bouillante. Une fois cuites, les égoutter, les mélanger à la crème fraîche et les disposer au fond d'un plat beurré.

Faire revenir l'oignon ciselé dans un peu d'huile d'olive pendant 10 min. Y rajouter les carottes râpées, et laisser revenir pendant 10 min.

Pendant ce temps, faire cuire les lardons dans une petite poêle puis mettre à égoutter sur du papier absorbant.

Les poser en une couche par dessus les courgettes.

Enfin, rajouter au dessus des lardons le mélange carottes-oignons.

Saupoudrer de gruyère et mettre au four. Faire gratiner le plat 15 min thermostat 7, 210°C.



**Prévisions légumes  
Semaine prochaine :**

Pommes de terre nouvelles  
Courgettes  
Salade



## Coin des Maraîchers

La chaleur a fait une apparition très remarquée, ces deux dernières semaines. Donc, les légumes ont bien poussé et avec eux ils ont amené des amies un peu envahissantes « les mauvaises herbes ». Autant vous dire que notre travail a essentiellement consisté à éliminer les adventices des cultures.

A Terre Solidaire nous avons introduit cette année le désherbage thermique, les premières conclusions sont intéressantes, le problème de cette technique c'est la période à laquelle le brûlage peut être effectué. En effet, il faut que les mauvaises herbes soient levées et que les légumes semés ne le soient pas encore. Cette technique a été utilisée sur les carottes et les panais. La deuxième méthode de lutte contre les mauvaises herbes est le sarclage des allées, il s'effectue avec un sarcloir : un instrument à lame, là aussi le stade intervention est prépondérant. Si l'herbe est déjà trop grande, l'outil se révèle inefficace. Nous apprécions particulièrement l'utilisation des sarcloirs, car ils ont des manches suffisamment longs, la posture de travail est moins traumatisante. En revanche, il y a un bémol, c'est la fragilité de la lame, une fois cassée ou usée nous n'avons pas la possibilité de la réparer, nous sommes donc tenus d'en acheter une nouvelle. Mais le moyen de lutte contre l'enherbement le plus utilisé à Terre Solidaire reste le paillage plastique, quasiment toutes les cultures sont sur ce support, et je puis vous assurer que c'est une bénédiction pour nous, car désherber le panais en plein soleil avec une vitesse d'avancement de 2 mètres par heure, c'est assez décourageant.

Concernant les productions longues dans le temps et avec un volume important, nous avons mis en place du « mulching de compost », c'est-à-dire entre deux paillages plastiques ou les toiles hors sol nous mettons du compost ce qui ralentit la croissance de l'herbe. Le paillage plastique nous enlève du désherbage mais nous devons quand même désherber autour du plant.

La chaleur et les pluies de ces derniers temps ont également fait du bien aux légumes. Symboles des beaux jours : les courgettes que vous trouverez cette semaine dans vos paniers

Rodrigue, Encadrant maraîcher



Adrian a préparé avec beaucoup d'attention les carottes nouvelles que vous trouverez dans vos paniers.



Vos légumes à perte de vue