

Vendredi 11 septembre 2015
Semaine 37



La Feuille de Chou

Edito

Chères Adhérentes, Chers Adhérents,

«Chaque adhérent du Jardin est un bénévole potentiel».

Cette phrase a pris toute sa dimension ce week-end pour la Qu'Ara. En effet, l'année dernière, très régulièrement, nous vous relançons pour vous proposer d'intégrer le Conseil d'Administration. En mai, nous avons eu l'agréable surprise de voir arriver 5 personnes désirant s'investir pour l'association. Souvent, nous avons entendu, « mais qu'est-ce que je pourrais apporter ? ». Plus aucun doute, la vie de l'association passe par le dynamisme de son réseau de bénévoles.

Dimanche, lors de la Qu'Ara Bara, ce sont les administrateurs qui se chargés de représenter l'association. Les 5 nouveaux arrivants ont tous trouvé leur place.

Cet éditto sera plus court cette semaine pour laisser de la place à Yves, notre trésorier, vous relater cette belle journée que fut le 6 septembre.

Merci à l'ensemble du CA pour son investissement.

Avant de laisser la parole à Yves, je profite encore de quelques lignes pour vous parler des paniers l'été.

Vous avez pu constater que vous avez reçu des haricots verts, des haricots rame, des haricots beurre. En maraîchage diversifié, le prix du haricot est très élevé. Cela s'explique par le fait que la cueillette prend beaucoup de temps. Cet été, le haricot bio était vendu autour de 10 € le kg sur les marchés bio. L'équipe de Terre Solidaire a fait le choix de fournir les paniers car le haricot est un légume roi. Les paniers s'en trouvent fortement valorisés. Nous espérons ainsi vous avoir fait plaisir.

Place à la Qu'Ara Bara.

Véronique, Coordinatrice

«Les administrateurs de Terre Solidaire sur le pont à l'occasion de la Qu'ara Bara »

C'est une journée ensoleillée et ventée que nous avons partagée sur le stand de Terre Solidaire.

Nous avons eu plaisir à rencontrer les adhérents fidèles, venus nous soutenir et acheter les beaux légumes bio que Rodrigue, Béranger et l'ensemble des jardiniers nous avaient préparés.

Les échanges avec les connaisseurs et jardiniers en herbe montrent que nous pouvons être fiers de la production de Terre Solidaire.

Nous avons fait de belles rencontres. Beaucoup se sont concrétisées par une promesse d'adhésion. Un contrat ferme a même été signé par une famille de La Chavanne. Ils viendront chercher leur premier panier début octobre. Bienvenue à eux. D'autres les rejoindront : nous avons une bonne dizaine de coordonnées de personnes fermement décidées à adhérer dès cet automne ou en début d'année 2016.

.../...

Votre panier

Pour un grand panier

- 0.5 kg Ail
- 1.3 kg Tomate
- 1.8 kg Courgettes
- 1 kg Haricots beurre
- 1 Bouquet de persil
- 1 Salade
- 4 Piments

Selon dépôt : 0.6 kg d'haricots rame ou haricots verts

La Recette de la semaine

Gratin de courgettes rapide

(pour 4 personnes)

Préparation : 15 mn - Cuisson : 45 mn

Ingrédients :

3 oignons, 100 g de gruyère râpé, 2 œufs, 2 cuillères à soupe de crème fraîche, 1 noix de beurre sel et poivre

Préparation :

Emincer les oignons et les faire fondre dans le beurre.

Râper 4 courgettes avec leur peau et les ajouter aux oignons. Mélanger le gruyère râpé, les œufs, la crème fraîche, puis saler et poivrer.

Mettre les courgettes dans un plat et verser par dessus la sauce et faire à four chaud pendant 15 min.

Bon appétit



Prévisions légumes semaine prochaine

Haricots coco
Poivrons
Fenouils



.../...

Merci par avance à Marie-Claude et Véronique qui devront assurer la suite administrative.

Nous étions tous très contents de pouvoir faire partie d'une belle équipe qui s'est relayée toute la journée. Nous étions souvent 3 ou 4 à la fois dans la bonne humeur et le plaisir de partager nos valeurs.

Par ordre d'entrée en scène sur le stand de Terre Solidaire :

Hélène, Yves, Michel, Gabriel, Marie-Hélène, Alain, Michel, Armel"



Coin de la Chargée d'Insertion

Deux nouveaux jardiniers pour cette semaine : Alessio qui a démarré lundi matin et Timmy qui a rejoint l'équipe mardi. Bienvenue à tous les 2.

Par ailleurs, Aymeric effectue actuellement un stage de 2 semaines au restaurant La Scala à Montmélan pour confirmer son projet professionnel en cuisine.

La rentrée scolaire a eu lieu pour les enfants mais les jardiniers ont également rejoint les bancs de la formation la semaine dernière. Effectivement Sunil, Adrian et Marya ont réintégré Aider à raison d'1 demi-journée hebdomadaire pour les savoirs de base (niveau 1 ou 2). Vendredi matin ce sera au tour d'Anda de démarrer une formation à Aider chaque semaine pour la remise à niveau en français.

C'est également la fin des vacances pour Marie-Claude à qui je souhaite un bon retour dans l'équipe. Lors de ses vacances, ce fut l'occasion pour moi de prendre le relais sur une petite partie de son activité, notamment concernant le lien avec vous, les adhérents légumes, principalement par mail. Je profite de ce moment pour vous remercier pour les messages d'encouragement et de soutien que vous ne manquez pas de nous faire parvenir, sachez que ces messages nous font toujours plaisir.

Floriane, Chargée d'Insertion

Rodrigue nous donne des informations sur la façon d'utiliser le piment livré dernièrement :

« Chez moi en Guadeloupe, il est utilisé pour relever les plats. Pour ce faire nous mettons en contact la chair du piment et la préparation que vous souhaitez relever. Il ne faut jamais manger les graines car ce sont elles qui contiennent la substance brûlante.



De plus, mis entier dans un ragoût il vous fera voyager dans l'Arc Antillais, à condition toutefois de ne pas le piquer : il faut le mettre en entier en fin de cuisson pendant 10 minutes environ puis l'enlever à l'arrêt de la cuisson. En fermant les yeux, vous êtes au choix en Inde, au Mexique ou plus simplement en Guadeloupe.

Nous continuerons de faire voyager les consommateurs de Terre Solidaire avec des légumes venus d'ailleurs »

Une idée de recette pour ceux d'entre vous qui ont des piments. Vous les coupez en quatre et vous les mettez dans une bouteille d'huile d'huile neutre 0.5 litre avec quelques aromates : du thym, du laurier, de l'ail. Et en 10 minutes vous avez de l'huile pour pimenter vos pizzas.

