



La Feuille de Chou

Edito

Chères Adhérentes, Chers Adhérents,

Cette semaine, c'est le mot solidarité qui est à l'honneur.

Pour commencer, une équipe d'administrateurs et une équipe de salariés sont allées aider au Jardin des Triandines. Suite à la dernière tempête, les dégâts sont très importants à Cognin.

Propos recueillis :

« C'était bien d'aller aider ».

« Ce n'était pas difficile de se lever le matin car on sait qu'on est utile ».

« J'ai fait ce que je pouvais ».

« Notre aide a apporté du sourire sur les visages ».



Merci à tout le monde.

Dans un autre contexte, Terre Solidaire a accueilli cette semaine, 20 personnes en provenance de Yenne dont 18 jeunes très intéressés par la notion de solidarité.

Ils avaient envie de rencontrer une association dont le cœur d'action est la solidarité.

Après avoir fait le tour de l'exploitation, nous avons échangé autour d'un buffet savoyard préparé par Simonne et Carole. Je ne saurai jamais assez les remercier. A chaque fois que Terre Solidaire reçoit des invités, Carmintran prépare toujours un accueil chaleureux.

.../...

Votre panier

Pour un panier

0.5 kg	Pommes de terre
0.5 kg	Carottes
150 g	Mâches
1 botte	Radis
1	Salade batavia
1 bouquet	Persil

Pensez à laver vos légumes à l'eau du robinet, avant de les consommer.

La Recette de la semaine

Velouté de mâche aux pommes de terre

Pour 4 personnes

Préparation : 30 min Cuisson : 30 min

- 200 g de mâche
- 200 g de pommes de terre
- 50 g de beurre
- Sel de Guérande, poivre au moulin
- 1/4 de litre de crème épaisse

Gardez quelques feuilles de mâche.

Faites fondre le beurre dans une casserole et faites revenir doucement le reste de mâche.

Ajoutez les pommes de terre épluchées et coupées en dés. Salez et poivrez. Versez un litre d'eau sur la mâche et les pommes de terre et laissez cuire doucement 30 minutes.

Mixez très finement ce potage. Versez la crème et vérifiez l'assaisonnement.

Servez le velouté dans de petites coupelles en verre et déposez un bouquet de mâche sur le dessus.



**Prévisions légumes
semaine prochaine**

Pommes de terre
Panais



.../...

L'après-midi s'est ensuite déroulé autour d'ateliers interactifs permettant à tout le monde d'aborder divers aspects de la solidarité.

Il est toujours très agréable de pouvoir essayer. Chaque fois que nous parlons des actions de Terre Solidaire, chaque fois nous diffusons de l'information positive.

Que deviendront ces belles idées dans la tête de toutes ces jeunes personnes ?

Soyons certains qu'elles préparent un monde intelligent, accueillant, solidaire.

Véronique, Directrice



Merci pour votre soutien

Des fourchettes, d'autres couverts, des cintres... et une machine à laver sont venus rejoindre Carmintran.

Leur nouvelle maison est accueillante.

Nous en prendrons soin !

Merci encore à vous.



Au jardin, les chantiers se multiplient. Ahmad participe à la plantation des petits pois, pendant qu'Hamida prépare les légumes pour la livraison en dégermant les pommes de terre



Auvergne – Rhône-Alpes

