



La Feuille de Chou

Edito

Chères Adhérentes, Chers Adhérents,

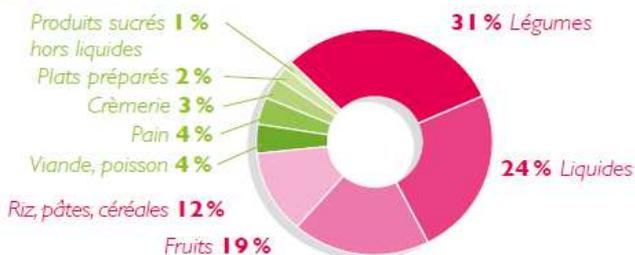


Du 18 au 26 novembre 2017, la Semaine Européenne de la Réduction des Déchets, organisée par l'ADEME, est de retour !

« Du champ jusqu'à l'assiette »
tous impliqués.

Le gaspillage alimentaire s'observe à tous les stades de la chaîne alimentaire et concerne tous les acteurs : producteurs, transformateurs, distributeurs, restaurateurs, transporteurs ... sans oublier le consommateur même s'il n'a pas toujours l'impression de gaspiller. En effet, bien qu'il fasse preuve d'une certaine vigilance notamment à son domicile, le consommateur a malgré tout tendance à jeter : une accumulation de petites pertes quotidiennes (un fond de yaourt jeté à la fin du repas, la pomme oubliée dans la corbeille ...) et des accidents ponctuels qui concernent de plus gros volumes, résultant d'une mauvaise interprétation des dates de consommation, d'un manque de rigueur dans la gestion du réfrigérateur, des stocks, ou encore d'un plat cuisiné dans de trop grosses quantités... Mises bout à bout, ces pertes finissent par peser lourd : entre 20 à 30 kg par personne et par an, l'équivalent d'un repas par semaine, dont 7 kg de produits encore emballés !

Que gaspille-t-on ?



Source : étude des impacts du gaspillage alimentaire des ménages, ADEME, octobre 2014 (données obtenues à partir d'une étude sur 20 foyers français)

.../...

Votre panier

Pour un grand panier

2 kg Courge musquée
1 kg Epinards
0.8 kg Céleris raves
0.3 kg Mâche

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

La Recette de la semaine

Crumble de céleri rave

Préparation : 15 min- Cuisson : 30 min

Ingrédients (pour 4 personnes) :

- 500 g de céleri rave
- 2 gousses d'ail
- 60 g de lardons
- 20 g de beurre
- 50 cl de crème fraîche liquide allégée
- 2 tranches de pain de mie un peu rassis
- 1 bouquet garni
- sel, - poivre

Préparation :

Verser la crème dans une casserole, y plonger l'ail pelé et le bouquet garni. Porter à ébullition. Éplucher le céleri, le couper en julienne.

Ajouter les lamelles dans la crème frémissante. Saler, poivrer et cuire 25 minutes à feu doux.

Pendant ce temps, faire de la chapelure avec la mie des deux tranches de pain (ou utiliser de la chapelure toute prête). Mélanger les lardons et la chapelure dans un saladier.

Mettre le céleri et le reste de la crème (sans le bouquet garni ni les gousses d'ail) dans un grand plat à gratin ou dans 4 ramequins individuels.

Étaler le mélange chapelure et lardons sur le dessus et arroser de beurre fondu. Faire dorer sous le grill durant 3 à 4 minutes, jusqu'à coloration du crumble.



Prévisions légumes semaine prochaine

Fenouils
Betteraves rouges
Epinards



Je passe à l'action

Au moment de faire mes courses, à la maison, au bureau, dans le jardin... toutes les occasions sont bonnes pour adopter un des nombreux gestes qui me permettront de réduire significativement mes déchets, mais pas seulement ! En effet, certains gestes me permettront également de réaliser de vraies économies, d'autres de gagner du temps, de la place... bref de me faciliter la vie !

Alors si je peux à la fois participer activement à la préservation de l'environnement et améliorer mon quotidien : pourquoi hésiter ?

C'est décidé, j'agis !

ADEME

Véronique, Directrice

Coin des Maraîchers

Cela fait maintenant un peu plus d'une semaine que je suis rentré de Guadeloupe, la température sur place était de 29°C et l'eau de la mer des Caraïbes affichait 28°C. Cela représente un grand écart avec le climat qui règne en ce moment dans la Combe de Savoie !

Les piments végétariens de Savoie ont eu un succès fou en Guadeloupe, d'autant que deux évènements climatiques majeurs ont mis à mal la faible production de piments qui sont récoltés à cette époque, et que malgré les idées reçues, il ne fait pas assez chaud en cette saison pour produire du piment. Donc, les prix sont tout simplement hallucinants sur le marché de Pointe à Pitre. Le kilo de piments se vend 39 €.

Dans la Combe de Savoie, la valeur de cette solanacée est proche de zéro, car même quand il est offert dans les paniers, il suscite des réactions contrastées. Cela a sûrement un rapport avec ce que l'on appelle les habitudes culinaires.

Terre Solidaire est à la recherche de nouvelles sources de financement, l'exportation du piment peut être une piste, d'autant que durant l'hivernage, la production de Guadeloupe est faible. Il est vrai que l'indice carbone de ce piment serait très mauvais. C'est donc une idée qui a vécu la première partie de ma contribution... Par contre, nous avons trouvé une solution pour les 80 kg qui restaient.

Ce sont la qualité des échanges que nous avons lors de nos réunions d'équipe qui nous a permis de proposer une solution au C.A., solution acceptée, merci encore. De quoi s'agit-il au juste ? Permettez-moi de garder encore la réponse. Merci de votre compréhension.

Les gelées de ces derniers jours sont fortes le matin et vont finir par mettre en péril la production des cardons ; par contre, elles ont malgré tout l'avantage, si elles restent raisonnables, d'attendrir ce dernier.

Avant de terminer ma contribution, je voudrais remercier l'ensemble des salariés polyvalents de Terre Solidaire et des permanents qui m'ont permis de profiter de vacances reposantes et salvatrices et de rentrer de Karukera « île aux belles eaux », serein et en forme.

Encore merci !

Rodrigue, encadrant maraîcher

Rappel :

Pas de livraison semaine 48, vendredi 1^{er} décembre 2017 : semaine flottante fixée par les maraîchers.



Auvergne - Rhône-Alpes

