



# La Feuille de Chou

## Edito

Chères Adhérentes, Chers Adhérents,

La dépression Gabriel ne nous rend pas morose. Bien au contraire. C'est toujours avec courage et dévouement que les salariés de Terre Solidaire effectuent, chaque jour, leurs tâches... même si, cette semaine, les frimas de l'hiver tentent de nous attaquer. Qu'ils essaient seulement, ils verront de quel bois nous nous ... réchauffons !



Enver sème ... du sel



Entretien du parc

Les activités continuent.



Serres blanches pleines de légumes verts sur une photo en noir et blanc !



Préparation des légumes : les livraisons sont assurées. BRAVO

Et dans votre panier cette semaine... de quoi faire une soupe pour vous réchauffer. Place maintenant à Sylvain et Dominique.

Véronique, directrice

## Votre panier

Pour un grand panier

1.2 kg carottes  
0.2 kg échalotes  
2.0 kg pommes de terre  
1.0 kg radis noir  
0.8 kg navet violet  
0.47 kg mâche

Fruits : 1 kg de pommes et 1 kg de poires

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

## La Recette de la semaine

### Flan de carottes à la ciboulette

Ingrédients pour 4 personnes :

450 g de carottes, 2 œufs, 100 g de champignons de Paris, 1 petite échalote hachée,  
1/4 de litre de fond de volaille, 25 g de gruyère râpé, 10 brins de ciboulette finement ciselée, huile d'olive

1- Eplucher et couper les carottes en rondelles. Les faire revenir dans de l'huile d'olive puis ajouter le bouillon et faire cuire 20 mn jusqu'à évaporation complète. Saler, poivrer.

2- Faire dorer les champignons coupés en dés et l'échalote hachée. Passer les carottes au moulin à légumes.

3- Battre les œufs et ajouter carottes, échalotes, champignons, gruyère, et ciboulette.

4- Beurrer et remplir des petits ramequins. Passer au four au bain-marie 20 mn à 220°C. Démouler et déguster chaud.



### Prévisions légumes semaine prochaine

Epinards  
Navets  
Courge



#### L'espace des salariés :

Cela fait 3 semaines que nous tirons les sarments dans diverses vignes de la région : Apremont, Chignin, Saint pierre d'Albigny, Fréterive, etc.

Bien que le travail demande dextérité et concentration, avec, certains matins, un froid mordant et/ou quelques averses, il n'en reste pas moins que pour moi, c'est toujours avec plaisir que je m'y prête, sous les magnifiques paysages de nos montagnes.

La pause de 10 h avec café, thé et collation est évidemment toujours la bienvenue ! Avant de recommencer le tirage, bien souvent accompagné d'un beau soleil d'hiver.

Jusqu'à maintenant, quelques hectares ont été nettoyés, et il nous en reste plusieurs à faire d'ici le printemps. J'en profite pour remercier les viticulteurs pour leur confiance en notre travail.

Bon week-end.

Bien à vous, Dominique, salarié.

#### Le coin des maraîchers :

Janvier est déjà derrière nous ; cette contribution me permet d'adresser mes meilleurs vœux à ceux que je n'ai pas encore croisés à Terre Solidaire ou dans les alentours. J'en profite aussi pour vous remercier particulièrement d'avoir fait le choix de continuer votre abonnement panier, ou d'en souscrire un pour cette nouvelle année.

Le tirage de bois de vignes bat son plein, nous faisons notre «sport d'hiver». Et comme tout sport d'hiver, le tirage de bois nécessite une bonne préparation physique, de l'endurance, une bonne résistance au froid, une attention accrue pour éviter les blessures... Je tiens à souligner l'assiduité, l'endurance et le volontarisme des jardiniers, qui nous permettent de faire face à cette période d'activité intense. Certains ont même fait le choix, en ce début d'année, de passer de 26 h à 32 h hebdomadaires. Bravo à eux.

Côté légumes, les carottes sont dans vos paniers cette semaine ! Légume phare en maraîchage biologique et très complexe à conduire avec ce mode de culture, elles ont réchappé à bien des déboires depuis leur semis en juin dernier : sécheresse, mains lourdes et malheureuses lors des désherbages successifs, visite des rongeurs... Alors, réservez-leur une place de choix dans vos prochaines recettes.

Bonne dégustation et bonne fin de semaine à vous tous !

Sylvain, encadrant maraîcher



Terre Solidaire donne une jolie chatte blanche, rousse et noire, stérilisée, à qui voudra lui offrir un foyer. Elle est très câline, habituée à voir beaucoup de monde en semaine, et à rester seule tout le week-end.

#### Comment prendre livraison de mon panier hebdomadaire ?

Votre panier (que ce soit un sac tissu vert, un sac plastique blanc ou une cagette bois) porte une étiquette à votre nom.

Vous prenez votre panier, puis vous cochez la ligne à votre nom sur la liste laissée dans chaque dépôt.

Vous déposez le panier vide de la semaine précédente à la place de votre panier récupéré.

Pour les cagettes en bois, nous vous suggérons de prévoir un cabas pour emporter les légumes et laisser la cagette sur place.