



# La Feuille de Chou

## Edito

Chères Adhérentes, Chers Adhérents,

Vendredi : jour de paniers à Terre Solidaire.

Dans la soirée, en sortant de mon bureau, je me dirige vers la salle des paniers pour récupérer mes légumes. C'est aussi, parfois, l'occasion de rencontrer des adhérents. Quel plaisir alors de partager avec vous. Et ce fut encore le cas, vendredi 1er Mars. J'ai eu la chance d'échanger avec un nouveau couple d'adhérents. Ils sont passionnés par l'agriculture et principalement par le maraîchage biologique. Les légumes de Terre Solidaire sont produits localement avec, en plus, la valeur solidaire. Tout est réuni pour attirer. Et c'est très agréable de l'écrire.

Je profite de cet éditto pour vous révéler une partie de notre échange. Elle concerne la valorisation du panier.

Bien trop souvent à mon goût, je me fie à mon ressenti (et pourtant, je sais qu'il faut s'en méfier !), je dis souvent que les paniers sont beaux : en qualité et en quantité. Alors, diable, un peu de professionnalisme !

Armel, un administrateur féru d'informatique, nous a construit un tableau de suivi qui combine nos stocks et le prix des légumes, prix du marché. C'est top car cet outil nous permet d'être performants dans la confection des paniers et dans les livraisons des légumes aux magasins et restaurants. Sylvain, de main de maître, suit ce travail. Félicitations.

Vous allez comprendre. Je ne me suis pas éloignée de mon sujet. Vendredi, donc, nous discutons des jolies compositions de paniers, de recettes... Le couple de nouveaux adhérents pensait qu'il y a une liste d'attente avant de profiter des paniers de Terre Solidaire. Non, non, non. Vous pouvez diffuser l'information. Nous avons besoin d'adhérents pour continuer à faire vivre de belle manière notre structure. Comment communiquer ?

La composition bio et locale est importante. Et un autre argument est apparu comme essentiel. Qualité et quantité sont les deux points forts des paniers.

Pour vérifier mes propos (pour ne pas rester bloquée sur mon ressenti), lundi matin, je suis allée dans deux magasins bio sur Albertville. J'ai acheté des épinards, des courges butternut, des pommes de terre et des échalotes, légumes de la composition des paniers de vendredi.

### Voici un tableau récapitulatif :

Dans la première colonne, on retrouve les poids des paniers de Terre Solidaire avec les prix du panier et du grand panier. Dans les colonnes suivantes, on trouve le prix d'un panier si on l'avait acheté dans le magasin 1 ou dans le magasin 2, le prix d'un grand panier dans le magasin 1 et dans le magasin 2.

Pour les courges butternut, Terre Solidaire les a mis dans le panier en comptabilisant une pièce et non au poids. La plus petite butternut faisait 0,7 kg. C'est celle-ci qui sert de base de calcul.

**Conclusion :** \*Un panier (2 pers.) coûte 9,04 € à Terre Solidaire alors qu'il revient à 12,48 € dans le magasin 1 et 13,31 € dans le magasin 2.

\*Un grand panier (4 pers.) coûte 17,40 € à Terre Solidaire alors qu'il revient à 24,76 € dans le magasin 1 et 26,30 € dans le magasin 2.

## Votre panier

Pour un grand panier

1.2	kg	panais
0.3	kg	oignons
1.5	kg	courge butternut
2	pièces	chou-fleur
0.4	kg	mâche

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

Fruits : 1 kg de pommes, 1 kg de poires

## La Recette de la semaine

### Courges, pommes de terre et panais rôtis

Ingrédients pour 6 personnes :

1,5 kg de courges variées - 400 g de petites pommes de terre à chair ferme - 2 panais - une douzaine de gousses d'ail - 50 ml d'huile d'olive - 3 ou 4 branches de thym - 3 ou 4 feuilles de sauge - poivre noir - sel

Lavez les courges et pelez celles dont la peau est coriace. Fendez-les en quatre. Retirez les graines et coupez la chair en gros cubes, en tranches, en lamelles, ... au choix. Lavez et brossez les pommes de terre. Fendez-les en deux dans le sens de la longueur sans les peler.

Préchauffez le four à 180° C. Épluchez les panais et détaillez-les en rondelles. Pelez les gousses d'ail.

Disposez tous les légumes dans un grand plat à gratin. Ajoutez l'huile d'olive, le thym, la sauge et un verre d'eau. Couvrez le plat avec un papier d'aluminium et enfournez pour 1 heure 15. Salez à mi-cuisson.

Retirez le papier d'aluminium et poursuivez la cuisson pendant 1 heure à 150° C.

Sortez le plat du four. Salez, poivrez. Récupérez tout le jus de cuisson dans un bol. Arrosez le plat avec cette sauce dorée au moment de servir : cela donnera de la brillance aux légumes dorés et caramélisés.

Astuce : Préparez ce plat la veille en le faisant cuire au four pendant 1 h15, et laissez-le dans le four toute la nuit. Le lendemain, reprenez la cuisson pendant 1h sans papier alu : les légumes seront encore plus fondants et plus parfumés.



## Prévisions légumes semaine prochaine

Courge  
Persil  
Navets  
Pommes de terre



Vous pouvez communiquer autour de vous. Les paniers de Terre Solidaire sont très intéressants. Nous pouvons aussi signaler que le prix moins élevé participe aussi du fait que vous n'avez pas le choix de vos légumes. Vous acceptez la composition faite en fonction de la récolte. Nous devons aussi vous en remercier.

Et que dire du fait que nous sommes sur la fin de l'hiver : les caves commencent à se vider. Les stocks s'amenuisent. Et pourtant, Rodrigue et Sylvain ont conduit 2018 de belle manière, pour que, le 1<sup>er</sup> mars, Terre Solidaire arrive encore à fournir des paniers d'une telle beauté. **BRAVO** à l'ensemble des salariés.

Compo. Terre Solidaire 1er Mars 2019			Tarifs magasins		Panier 2 pers.		Panier 4 pers.	
	Panier	Gd Panier	Mag. 1	Mag. 2	Mag. 1	Mag. 2	Mag. 1	Mag. 2
Epinauds	1,4	2,6	4,89	5,6	6,85	7,8	12,71	14,56
Echalotes	0,14	0,25	8,49	7,9	1,19	1,1	2,12	1,975
Pommes de terre	0,8	2	2,59	2,65	2,07	2,1	5,18	5,3
Butternut	0,7	1,4	3,39	3,2	2,37	2,2	4,75	4,48
<b>Prix panier T. S.</b>	<b>9,04</b>	<b>17,4</b>			<b>12,48</b>	<b>13,31</b>	<b>24,76</b>	<b>26,32</b>

Nous tenons à votre disposition les tickets de caisse des deux magasins si vous voulez vérifier ces propos.

Véronique, directrice

### Le coin de la chargée d'insertion :

A l'heure où j'écris cette feuille de chou, je suis éblouie par les rayons du soleil qui pointent contre la fenêtre de mon bureau. C'est très agréable cette petite sensation de printemps, après les quelques semaines, certes de saison, froides humides et enneigées. J'entends déjà mes chers collègues encadrants me prévenir de ne pas me réjouir trop vite, qu'il est beaucoup trop tôt dans la saison, l'hiver est encore là et tout peut encore arriver, la nature fera ce qu'elle a à faire. Mais tant pis, même si cela ne dure pas, et qu'un coup de froid et de gel peut encore arriver, ce soleil est vivifiant, bon pour le moral, et rend le travail en extérieur, notamment de tirage de bois dans les vignes, bien plus confortable pour les jardiniers.

Alors quoi de neuf sous le soleil de l'insertion ?

Des belles avancées de parcours. Stéphanie effectue une formation sur le travail de validation de projet professionnel. Gérard, Jean-Christophe et Dominique ont trouvé une période de stage en entreprise, chacun dans leur domaine d'activité. Jean-Christophe, après avoir effectué un stage de 2 semaines au sein de l'entreprise SIBUET à Chamoux sur Gelon, a, par la suite, été embauché une semaine pour un CDD de remplacement. Il a donc pu faire ses preuves, puisqu'il sera régulièrement appelé pour des missions de remplacement. Le contrat de Jean-Christophe se termine la semaine prochaine après 24 mois, bravo à vous pour tout le parcours à Terre Solidaire et toutes vos avancées professionnelles.

Gérard, quant à lui, a terminé son contrat en début de semaine, après 1 an dans la structure. Il était plus spécifiquement en charge de la préparation et de la livraison des commandes pour les magasins.

Merci Gérard pour ce travail effectué consciencieusement au quotidien.

Il a effectué un stage au Super U de Détrier, où il a également pu faire ses preuves, car a été retenu pour un CDD de cariste de 3 mois. Gérard nous vous souhaitons une belle continuation pour la suite de votre parcours et de la réussite dans vos projets de formation.



Le passage est plus ou moins long, selon les parcours et aptitudes de chacun, et mène à des chemins variés. On entend parfois que travailler à Terre Solidaire est difficile physiquement, le travail est dur, mais c'est aussi, et surtout, une équipe de jardiniers soudés et investis, contents d'être là au quotidien. Il est difficile, pour ceux qui se sont accrochés, de quitter ce cocon rassurant et protecteur qu'est Terre Solidaire. C'est tout l'objectif du travail de notre équipe de permanents, rendre le passage ici aussi accueillant que possible, en acceptant chacun dans sa différence, mais aussi accompagner chacun au départ pour commencer une nouvelle aventure au sein d'un autre milieu professionnel.

Sans transition, nous avons accueilli, lundi dernier, pour une nouvelle aventure professionnelle, Kudret et Abdulrazak pour 4 mois pour commencer. Je vous souhaite à tous, chères adhérentes, chers adhérents, une belle fin de semaine hivernale ensoleillée.

Floriane, chargée d'insertion

### Règlement général sur la protection des données (RGPD)

Nous vous informons que Terre Solidaire a mis en place les procédures nécessaires en ce qui concerne le traitement des données personnelles. Hélène, Gérard et Laurent, tous les trois administrateurs de l'association, ont mené un groupe de travail, interrogé l'équipe de permanents et rédigé un cahier des charges.



AUVERGNE - Rhône-Alpes

