



# La Feuille de Chou

## Edito

Chères Adhérentes, Chers Adhérents,

C'est une feuille de chou spéciale cette semaine. Et cela à plusieurs titres !

Pour commencer, nous sommes heureux, car nous avons enfin réussi à atteindre un vieil objectif : la feuille de chou dématérialisée.

Si nous pouvons nous en réjouir, une dizaine de personnes n'est cependant pas satisfaite. En effet, la lecture sur papier est, pour elle, importante. Rassurez-vous, ce lien n'est pas coupé. Nous avons décidé de laisser des exemplaires papiers dans les dépôts. Michel et Alain ont d'ailleurs passé des heures à installer de jolies boîtes dont le destin est d'accueillir les feuilles de chou papier. Merci à eux.

Je prendrai du temps pour répondre à chaque adhérent qui a envoyé soit un courrier, soit un mail pour exprimer son envie de ne pas voir disparaître la version papier. C'est un point essentiel pour l'équipe : maintenir les relations avec les adhérents.

Cette feuille de chou est également spéciale car elle va nous servir à vous annoncer une naissance. Bon d'accord, j'exagère. Mais la venue au monde d'un compteur d'eau, c'est tout aussi important pour un maraîcher.

Une adhérente, que nous remercions chaleureusement, nous prête du terrain à Laissaud. Par exemple, sur la campagne 2019, sont sortis de sa parcelle des pommes de terre magnifiques. Rodrigue, Sylvain et Charlotte se questionnent fortement. Sans eau, les légumes ne poussent pas. Nous étions donc limités dans nos pratiques à Laissaud.

Si un problème se présente, il faut juste l'accueillir et lui trouver des solutions. C'est le cas. Notre adhérente a accepté la pose d'un compteur d'eau. Le Syndicat des Eaux de la Rochette et Fibr'Ethik de St Pierre d'Albigny vont commencer les travaux le 17 février. De l'eau qui surgira pousseront des légumes que nous déposerons dans vos paniers. Merci, grandement merci, car le champ des possibles est immense grâce à cette eau. Richesse indéniable.

Et de richesse il va encore être question dans le point suivant.

Parlons donc du Terre-So-Thon. Actuellement, ce sont 10 890 € qui ont été récoltés. C'est bien, très bien même.

Néanmoins, ce sont 20 000 € qui permettront de proposer des vestiaires décentes aux salariés. Pour rappel, lorsque vous (ou des amis) faites un don (cela fonctionne aussi avec les petites sommes..., il n'y a pas de petits dons. Les petits ruisseaux font les grandes rivières !), c'est 66 % de la somme qui est déductible des impôts.

Nous continuons à recevoir des dons. Nous continuerons à en parler et relancerons la démarche. Nous avons tellement besoin de vous.

Et de richesse, il est encore question dans ce nouveau paragraphe.

Connaissez-vous l'association « Du Soleil Dans Nos Assiettes ». Elle est basée à La Chavanne. David ZUMILLO en est l'émérite porteur de paroles. Un simple mot pour le définir : extra-ordinaire.

Il prône depuis de nombreuses années des valeurs fortes pour protéger notre planète, notre environnement.

## Votre panier

Pour un panier

1.000	kg	chou
1.000	kg	pommes de terre
0.350	kg	radis noir
1.000	kg	navets jaunes

Et, selon dépôt : 1 botte de coriandre ou 0.150 kg d'échalotes

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

Fruits : pommes et poires

## La Recette de la semaine

### Risotto de navets caramélisés, citron et romarin

Ingrédients pour 4 personnes :

Huile d'olive, 1 kg de navets, 2 cuillères à soupe de miel, 300 g de riz, 1 litre de bouillon de légumes, 1 belle branche de romarin, un citron bio, sel, poivre.

Laver les navets et les couper en cubes. Les faire dorer dans une poêle bien chaude avec deux cuillères à soupe d'huile d'olive. Ajouter deux cuillères à soupe de miel (de romarin dans l'idéal, ou un miel neutre). Couvrir et laisser cuire à l'étuvée, jusqu'à ce que les navets soient bien fondants.

Sur feu moyen, verser deux cuillères à soupe d'huile d'olive dans une poêle, puis y jeter les grains de riz. Remuer avec une cuillère en bois jusqu'à ce que les grains deviennent translucides. Ajouter la branche de romarin entière.

Mouiller avec un peu de bouillon, remuer et couvrir. Renouveler l'opération plusieurs fois, jusqu'à épuisement du bouillon, pendant 20 mn de cuisson à feu moyen.

Ajouter des zestes de citron bio dès le début de la cuisson du risotto, ou le jus d'un citron en fin de cuisson.

La cuisson du riz terminée (il doit avoir un bel aspect crémeux), enlever la branche de romarin, ajouter les navets en remuant délicatement. Assaisonner et déguster bien chaud.



**Prévisions légumes**  
Carottes  
Céleri-rave  
Pommes de terre



Du Soleil Dans Nos Assiettes est une cantine mobile associative, portant à travers ses plats simples les valeurs environnementales et éthiques pour lutter contre les DECHETS et le GASPILLAGE ALIMENTAIRE, avoir le plus faible impact carbone possible, cuire avec une énergie propre, conserver les aliments sans électricité, et envisager une accessibilité économique.

Cette semaine, nous recevons l'ADABIO et une vingtaine de producteurs. C'est David ZUMILLO qui a proposé des repas BIO pour 5 €. Oui, vous avez bien lu : 5 € ! Nous avons plusieurs entrées, un plat principal et un dessert. Le tout en BIO. Chapeau.



Vous pouvez aller consulter son site où il explique son activité et comment il arrive à réussir ce challenge. TOP de chez TOP !

David en a profité pour nous expliquer la cuisson au four solaire. Impressionnant.

Vous pourrez le retrouver sur le marché de Terre Solidaire, une fois par mois, de mai à octobre.

Il animera des ateliers (autour du pain, astuces végétaliennes, présentation des cuiseurs à énergie renouvelable, stérilisation).

Pour terminer, son association vous proposera aussi, à des tarifs défiants toute concurrence, des huiles bio et des épices bio le tout en vrac.

Vivement le printemps.

Pour conclure cette feuille de chou, et rebondir sur vivement le printemps, Floriane et moi avons une envie folle de vous parler de notre équipe.

Elle se définit aussi en un seul mot : EXTRAORDINAIRE.

Pourquoi ?

Mardi, vous avez pu constater que les intempéries étaient peu chaleureuses. Si toute l'équipe est extraordinaire, il est un personnage que nous avons envie de mettre en lumière : RODRIGUE.

Pourquoi ?

Il pleuvait, il tempêtait au dehors. Rodrigue, fidèle à lui-même, a porté l'équipe. Sans son approche, sans son tempérament, sans sa personnalité extra-ordinaire, Terre Solidaire ne serait pas Terre Solidaire.

Avec un savoir-être approprié, il a soufflé bonne humeur et entrain pour que chacun ait envie de se rendre dans les vignes. Pas un salarié ne s'est plaint. Tous se sont rendus dans les parcelles pour tirer le bois.

Chapeau Rodrigue !

Il prend soin des salariés, étend leurs vêtements pour que chacun retrouve des vestes et pantalons secs. L'énergie déployée est fabuleuse. De ce professionnalisme hors du commun, nous tirons tous profit.

La pluie est mouillée pour Rodrigue aussi. Le froid pénètre les vêtements du coordinateur également. Mais voilà la clé de la réussite. Si on pense que la pluie est humide, alors elle est froide et trempée. Si on pense que la pluie est un bienfait de la nature, alors elle est uniquement un élément du décor. Ni plus, ni moins.

Cette mentalité positive, intelligente et professionnelle est source de succès pour Terre Solidaire. Elle est exemplaire. Floriane et moi, nous nous bonifions depuis des années au côté de Rodrigue. Et la chance que cette équipe a, c'est qu'elle s'est renforcée de Sylvain, Dominique puis Charlotte. Et tous 3 ont la même démarche. Ils ont compris que nous nous devons d'être la locomotive de cette belle machine qu'est Terre Solidaire.

J'en veux pour preuve que Sylvain et Charlotte participent également au tirage de bois dans les vignes.

Très sincèrement, merci à tous, de nous permettre de vivre de tels moments.

Floriane et Véronique



AUVERGNE – Rhône-Alpes

