

La Feuille de Chou



Edito

Chères Adhérentes, chers Adhérents,

Comme annoncé dans une précédente feuille de chou, voici le moment de faire le point sur les travaux.

Malgré les chaleurs estivales qui cuisent les légumes sur place, les différents chantiers avancent.

Ainsi, la nouvelle salle des paniers prend forme. Pour rappel, elle doit permettre de libérer l'ancienne pièce, qui deviendra les vestiaires tant attendus.

Le vendredi 07 août, murs et toit ont pris forme. Voici quelques photos.



Les murs, vus de l'intérieur



La charpente quasiment finie

Le jeudi 6 août, c'est la dalle de la future chambre froide qui a été coulée. C'est toujours un travail très surprenant.

Les encadrants vont très bientôt profiter d'un outil de travail performant.



Le coulage de la dalle s'achève

Votre panier

Pour un grand panier

0.3	kg	ail
2.0	kg	courgettes
0.8	kg	haricots verts plats
4.0	kg	tomates
2	pièces	poivrons
2	pièces	petites salades
1	pièce	concombre

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

La Recette de la semaine

Haricots plats au coulis de légumes

Ingrédients pour 6 personnes :

1 kg de haricots plats, 12 champignons de couche, 1 oignon blanc et 1 oignon rouge, 3 tomates, 1 fenouil, 1 courgette, 1 poivron rouge, 3 gousses d'ail, 1/2 cuillère à café de gingembre moulu (ou 1 cm de gingembre frais), 1/2 cuillère à café de quatre-épices, 1/2 botte de persil hachée, poivre, sel.

Laver tous les légumes et les couper en petits morceaux ou en lamelles.

Dans une cocotte ou un wok, faire blondir les oignons, ajouter les champignons, le poivron, la courgette, le fenouil, les tomates et 300 ml d'eau (un verre et demi).

Assaisonner avec les différentes épices. Cuire à couvert, sur feu doux, jusqu'à évaporation complète du jus.

Cuire les haricots plats 7 min en cocotte-minute ou 13 min à la vapeur.

Déposer les haricots dans le plat de service préalablement chauffé, puis verser la préparation par-dessus.

Servir aussitôt.



Prévisions légumes

Courgettes
Tomates
Poivrons



Pour terminer, place à Félix pour la réponse à l'énigme 4.
A la semaine prochaine.

Véronique, directrice.

Solution du jeu n° 4 de Félix :

C'est décidé, ce matin Vanessa **peint**. Elle regarde autour d'elle cherchant un sujet, détaillant les **formes** qui l'entourent. Son fils **Olivier** sur son vélo accélère, **freine**, dérape... Ensuite, certainement, pétanque. Il lance son cochonnet puis sa **boule au** loin. Il finira en organisant une bataille avec ses petits **soldats**. Sa fille vient s'installer **si près** d'elle qu'elle sent la chaleur de son corps. Amatrice d'art elle aussi. Mais il est loin le temps où elle ne dessinait que des **lapins** ! Aujourd'hui Marie-Claude **mêle aisément** les couleurs dans un style bien à elle. Le chat **Séquoia**, toujours aussi **vif**, saute sur la table pour semer un joyeux désordre. Avec ses éternelles chaussures **plates**, **Anne-Marie** sa sœur, pousse le portail avec un nouveau **cade** aux. Elle a apporté un énorme panier rempli de **cerises hier**. Vanessa caresse machinalement la **chaîne** en argent offerte la veille par son mari sans raison particulière. Se montrer encore imprévisible, c'est ce qui fait son **charme**. Le soleil baignant son visage, entourée des **êtres** qu'elle aime, Vanessa est heureuse.

17 arbres : *Sapin, orme, olivier, frêne, bouleau, saule, cyprès, pin, mélèze, séquoia, if (16^e non prévu par Félix) platane, cade (17^e non prévu également), cerisier, chêne, charme, hêtre.*

6ème petit jeu d'été de Félix :

A retrouver : 6 légumes et 6 fruits.

Dominique souriait à l'approche du weekend, date de son anniversaire. Ses amies seraient là pour le fêter. Celle qui avait participé à des concours de beauté et que l'on surnommait Miss Carole. Nul doute qu'elle explorerait tous les recoins de la maison à la recherche d'un magazine féminin. La romaine Helena, vêtue avec recherche comme toujours. Et bien sûr Samira, belle malgré les années qui passent et d'une incroyable distraction. On lui parlait longuement et à la fin surgissait la question habituelle :

- Que voulais-tu me dire ?

Véronique serait là également. Incroyablement frisée et fan de rock éternellement.

Dominique repensa à leur carambolage en voiture, heureusement sans gravité.

Et leur aînée à toutes, Laura, native de Montpellier. C'est là qu'elles s'étaient connues. Baptisée "Maman Guérisseuse", son sac regorgeait de remèdes et elle dispensait mille et un conseils.

- S'il te plaît, ne bois pas cette eau glacée. Non, pas de bain de minuit après avoir bu, c'est comme ça qu'on se noie. Mâche ta viande plus lentement.

Dominique préparerait une tonne de nourriture, des boissons et du café fort et doux à la fois.

Le coin de la chargée d'insertion :

Me voilà de retour de congés, ressourcée et reposée, prête pour une reprise sereine et en douceur (enfin presque) !

Evidemment vous vous doutez bien que tel ne fut pas le cas.

La vie professionnelle de chargée d'insertion, rythmée et intense, reprend vite son cours. Ceci d'autant plus en cette période estivale où la production maraîchère bat son plein.

La structure n'étant bien évidemment pas fermée, elle a continué d'avancer, et les salariés également, il faut donc vite reprendre le train en marche, et récupérer les informations, les demandes en attente, les urgences ... etc.

Cette semaine, ce sont Dominique, Véronique et Rodrigue qui bénéficient de congés bien mérités, qu'ils en profitent un maximum. C'est donc avec plaisir, ce vendredi après-midi 14 août, que j'assurerai la permanence sur le marché, ainsi que le rangement et la fermeture le vendredi soir, accompagnée, bien-sûr, de 2 de nos salariés volontaires, ainsi que de 2 bénévoles toujours présents sur le marché : un grand merci à eux par avance !

Au plaisir donc de vous croiser lors de ce moment convivial de partage et d'échanges.

Par ailleurs, lundi dernier, nous avons accueilli Haitham, qui a intégré Terre Solidaire pour un contrat de 4 mois. Bienvenue dans l'équipe Haitham !

Je vous souhaite à tous, chères adhérentes, chers adhérents, un bon été, et de bonnes vacances pour ceux qui ont la chance d'en avoir, et bon retour aux juilletistes qui ont déjà repris le chemin du travail.

Floriane, chargée d'insertion.



AUVERGNE - Rhône-Alpes

