



# La Feuille de Chou

## Edito

Chères Adhérentes, Chers Adhérents,

La pluie est enfin revenue !

Même si elle a arrosé le week-end, on ne peut l'en blâmer. En effet, ce ne sont pas moins de 90 mm d'eau qui sont tombés.

90 mm ... mais, ce n'est rien.

Qu'est-ce que cela représente ?

Pour commencer, il faut savoir qu'1 mm correspond à 1 litre par m<sup>2</sup>, donc 90 mm correspondent à 90 litres pour 1 m<sup>2</sup> et ce, en deux jours.

Ouille, on se rend compte que oui, ça fait beaucoup. Il faut que la terre ait la capacité de l'absorber.

Mais, comment peut-on comprendre si c'est une faible, modérée, ou forte pluie ?

Il est impossible de le savoir si on s'arrête uniquement à la quantité d'eau tombée.

En fait, ce qui est important, c'est l'intensité. Elle se chiffre en mm/min ou mm/h.

Météo France (d'où émanent ces informations) donne le tableau suivant :

Pluie faible continue	1 à 3 mm/h
Pluie modérée	4 à 7 mm/h
Pluie forte	8 mm/h et plus

90 mm ce week-end représentent donc 90 mm sur 48 h.

La pluie qui est tombée ce week-end est arrivée sur une terre sèche qui a eu du mal à tout absorber rapidement. Mais, tout compte fait, elle ne représente pas une forte pluie.

Ce qui la rend intéressante, c'est qu'elle est classée en pluie faible continue. Elle va pénétrer la terre et faire, enfin, du bien aux cultures.

Pour exemplifier, il faut savoir que lors des événements majeurs, les intensités observées sont sans commune mesure avec nos 90 mm de ce week-end. En effet, parfois il peut tomber 120 mm/heure, voire 60 mm par demi-heure.

Pour se représenter ce que cela signifie :

60 mm - 60 litres d'eau au m<sup>2</sup> - en 30 mn, soit 2 litres d'eau au mètre carré et par minute, il suffit d'imaginer la quantité d'eau déversée dans une cuisine de 6 m<sup>2</sup> par un lave-linge (de contenance 12 à 15 l) qui vidangerait... chaque minute.

Le week-end nous a semblé pluvieux, ... tout est relatif.

## Information

L'Assemblée Générale de Terre Solidaire aura lieu le  
vendredi 11 septembre 2020, à partir de 18 h.

Cette AG se tiendra en extérieur, port du masque obligatoire.  
Toute candidature au Conseil d'Administration sera la bienvenue.  
(Merci de contacter le secrétariat)

Le marché exceptionnellement aura lieu de 16h à 17h30.

## Votre panier

Pour un grand panier

0.3	kg	ail
1.3	kg	carottes
1	kg	courgettes
4	pièces	poivrons
2.5	kg	tomates
0.2	kg	oignons rouges
2	pièces	pâtissons

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

Fruits : raisin noir et quetsches

## La Recette de la semaine

### Flan tomate et courgette

Ingrédients pour une personne :

1 grosse tomate, 100 g de courgette en rondelles précuites, 2 œufs, 100 g de fromage blanc, herbes de Provence, sel et poivre

Coupez la tomate en tranches fines. Salez pour la faire un peu dégorger.

Battez les œufs puis ajoutez le fromage blanc. Remuez. Poivrez et assaisonnez avec les herbes de Provence.

Dans une casserole, disposez des rondelles de courgettes (en réservez quelques unes). Ajoutez la moitié de la préparation œufs/fromage blanc.

Disposez quelques tranches de tomates et de courgettes. Recouvrez du reste de la préparation au fromage.

Ajoutez enfin le reste de tomates et de courgettes.

Saupoudrez légèrement d'un peu d'herbes de Provence pour décorer.

Cuire 30 min environ au four (th6-7, 180-210°C). Démoulez à froid.

Vous pouvez rajouter du gruyère râpé, des lardons, du thon, des olives, ...



## Prévision légumes

Tomates  
Courgettes  
Chou-rave



### Petit rappel :

Au début du confinement, les informations arrivaient sans discontinuer. Le tout, et son contraire, sont venus polluer nos cerveaux entraînant des prises de décisions difficiles.

Il en est une qui reste exceptionnelle : ne pas livrer de paniers durant deux semaines. Le temps de se poser, de réfléchir à ce que nous pouvions, devons faire.

Le printemps et l'été sont passés. Le virus malheureusement demeure parmi nous. Nous nous devons de vivre avec sa présence. Cela entraîne un travail parfois compliqué. Admettons-le, le masque n'est pas réjouissant (sauf quand on a un bouton, on peut le cacher !).

Donc, comme la vie a repris un cours presque normal, nous nous devons de reparler de ces deux paniers non livrés.

Les clubs de sport avec abonnement ne se sont pas posé tant de question. Perdu, c'est perdu. Certains, un peu plus charitables, vont baisser la cotisation de la saison 2020-2021. Merci à eux. Et, bien à Terre Solidaire, point question de tergiverser. On vous doit ces deux paniers.

Il demeure à régler la question suivante : comment y arriver ?

Nos esprits ont carburé tout l'été, et maintenant que la bise ne va pas tarder, et sera la bienvenue (dure de retomber sur ses pieds... quand même un décasyllabe un alexandrin et un hexasyllabe => tout cela pour souhaiter une bonne rentrée à tous les enfants, adolescents, jeunes adultes... à tout le monde en fait), une solution est apparue.

Nous vous proposons de vous fournir deux paniers en remplacement des deux corona-virés.

Le premier panier sera un panier de légumes de saison. Le second sera un panier de légumes de conservation.

Les dates ne sont pas encore définies.

Septembre est un mois difficile, car les reports des paniers de l'été arrivent souvent sur le mois de la rentrée. Nous pensons donc que les paniers de remplacement arriveront à partir d'octobre. Nous vous informerons des dates un peu plus tard.

En attendant, nous vous souhaitons à tous une rentrée agréable, qui, lentement, nous conduira vers la fin de cette bizarroïde année qu'aura été 2020.

Véronique, directrice.

### Solution du jeu n°6 de Félix :

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 vou**lais-tu** me dire ?

Véronique serait là également. Incroyablement **frisée** et fan de **rock éternel**lement.

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 "Ma**man Guérisseuse**" son sac regorgeait de remèdes et elle dispensait mille et un conseils.

- S'il te plait 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.

*Datte, scarole, coing, romaine, mirabelle, laitue, frisée, roquette, carambole, mangue, noix, mâche.*



La charpente de protection de la nouvelle chambre froide, à base de skis réformés, commence à prendre forme.

Tout schuss.