

Vendredi 12 février 2021

Semaine 6

La Feuille de Chou



Rappel : pas de panier la semaine prochaine

Edito

Chères Adhérentes, Chers Adhérents,

Une semaine sous le signe de l'humour. Cela fait toujours du bien.

Travaillant dans un Atelier Chantier d'Insertion, nous sommes toujours à l'écoute des salariés, de leurs problématiques. La bienveillance guide nos pas.

A tel point que nous oublions, parfois, qu'un autre monde existe.

Discours entre sourds lors d'un repas de midi cette semaine.

Les permanents déjeunent. Nous sommes en train de parler du travail du matin, des diverses rencontres prévues sur la fin de la semaine, quand, à la porte, nous entendons un léger coup.

Nonnnnnn, il n'est pas déjà 13 h ! C'est la pause méridienne. Nous ouvrons la porte.

Devant nous se tient une personne qui nous demande ses pompes.

Interloqués nous sommes.

Où sont-elles ? On va aller vous les chercher.

Elles sont dans le bâtiment.

En responsable bien attentionnée mais rigide, je lui dis que ce n'est pas possible car nous n'avons plus accès au bâtiment tant que le travail de désamiantage n'est pas fini.

Je vous assure j'ai mis mes pompes dans le bâtiment hier, insiste la personne.

Pas possible. Le bâtiment est fermé. Je m'entête.

Non. Je les ai mises.

Hein !!! Mises ?

La personne travaille dans un laboratoire. Elle venait prendre des mesures suite aux travaux de désamiantage. Et ces mesures se prennent avec..., des pompes.

Pas avec des chaussures.

Diantre.

Bref, on a tous ri.

Suite à ce moment de décontraction, nous avons préparé la visite du contrôleur ECOCERT pour valider la certification bio de Terre Solidaire. Nous avons rendez-vous pour le contrôle annuel, avec vérification des factures, visite des serres...

A la fin de la journée, nous sommes heureux de vous annoncer que le contrôle est parfait.

Nous reviendrons dessus dans quelques semaines pour parler des projets de Terre Solidaire, projets qui nous concernent tous.

Véronique, directrice.

Votre panier

Pour un grand panier

1.0	kg	céleri-rave
0.8	kg	betterave
1.0	kg	chou
1.0	kg	navet
2.0	kg	pommes de terre
0.2	kg	échalotes
0.8	kg	carottes

Pensez à laver les légumes avant de les consommer.

Fruits : pommes et poires

Recette de la semaine

Moelleux au céleri-rave et à la betterave

Ingrédients pour 4 personnes :

400 g de céleri-rave
300 g de betterave crue
25 g de margarine + 25 g d'huile d'olive
100 g de farine
1 œuf
20 cl de lait, 100 g de crème
Sel, muscade

Râper le céleri et la betterave.
Les faire revenir séparément à la poêle, dans la margarine, 7 minutes chacun.

Préchauffer le four à 180°C (th. 6)
Mélanger la farine, l'œuf, le sel, la muscade (quantité selon votre goût), l'huile d'olive, le lait et la crème en dernier.

Ajouter les légumes.

Verser dans un plat et cuire au four, à 180°C, pendant 25 à 30 min.



Pas de panier semaine 7



Le coin des maraîchers

Comme vous le savez, nouvellement arrivé chez Terre Solidaire en tant qu'encadrant technique, je suis ravi de faire partie de cette association !

J'aimerais profiter de cette feuille de chou pour remercier l'ensemble de l'équipe pour mon intégration, et plus particulièrement Rodrigue et Sylvain qui prennent de leur temps pour m'expliquer les particularités du métier.

J'espère pouvoir apporter au mieux mon savoir-faire et savoir-être pour les accompagner dans le développement de la structure.

Nous sommes en discussion pour intégrer, à l'avenir, un nouveau légume que je cultive dans mon potager.

Celui-ci a plusieurs noms : chouchou, chayotte ou christophine ; il est de la famille des cucurbitacées.

C'est une plante vivace qui pousse en tige rampante, dont les racines sont des tubercules comme les pommes de terre. La christophine a l'aspect d'une grosse poire bosselée dure et rugueuse, verte ou blanche, pouvant mesurer jusqu'à 20 cm.

Sa chair, de couleur blanche à verte, a le goût de la pomme de terre.

En espérant qu'un jour la chayotte puisse devenir le chouchou de votre Saint Valentin.

Romain, encadrant maraîcher.



La chayotte, ou chayote, est parfois appelée christophine en hommage à Christophe Colomb qui l'a découverte lors de son arrivée dans le Nouveau Monde. Elle est cultivée principalement à la Réunion, mais aussi au sud du Mexique d'où elle est originaire, en Asie et en Afrique du nord.

La chayotte se cuisine comme la courgette et se déguste aussi bien crue que cuite.

Ce qui est intéressant avec ce légume, c'est que tout se consomme, de la chair aux feuilles, en passant par les graines, parfait pour l'esprit anti-gaspi.

Servie en purée, dans un gratin, un potage ou sous forme de crudités, on peut également en faire de la confiture et des gâteaux.