

Vendredi 4 juin 2021

Semaine 22

La Feuille de Chou



Edito

Chères Adhérentes, Chers Adhérents,

Printemps 2021 un nouveau grand projet s'est concrétisé pour Terre Solidaire. Nous avons été sollicités par la commune de Montmélan pour produire des légumes destinés à la cuisine centrale qui prépare, au quotidien, des repas pour les restaurants scolaires de la ville, pour le restaurant Le Lourmarin, ainsi que pour les personnes qui font appel à l'ADMR.

Un challenge fort ambitieux et stimulant, destiné à se développer et qui amène tous les acteurs (décideurs, élus, techniciens) à s'interroger sur les moyens de mise en œuvre d'un tel projet et à changer nécessairement leurs pratiques.



L'eau, élément indispensable à la réussite de toute culture, n'a pas manqué au mois de mai. Elle est venue du ciel heureusement pour permettre le bon démarrage des cultures. L'installation du système d'arrosage indispensable à la bonne croissance des légumes a, en effet, pris beaucoup de retard et n'est pas encore opérationnel.

Nous avons donc arrosé à l'aide d'une petite pompe prêtée par la commune, et organisé plusieurs tournées d'arrosage avec Bruno et Jean-Philippe : l'eau est pompée dans un forage et remplit une cuve de 1000 litres posée sur une remorque. Nous arrosons ensuite les légumes à l'aide de tuyaux et d'arrosoirs en déplaçant la remorque. C'est long et le débit n'est pas puissant.

Et à ce moment-là Bruno a une idée qu'il met de lui-même à exécution : immerger le tuyau de la petite pompe directement dans la cuve remplie d'eau pour augmenter très nettement le débit d'eau pour arroser.

Un gain de temps et d'efficacité. Merci à lui pour cette brillante idée !

Bonne fin de semaine à vous.

Sylvain encadrant maraîcher.

Votre panier

Pour un panier

| | | |
|-------|-------|---------------------------|
| 1 | pièce | chou pointu |
| 0.500 | kg | carottes |
| 0.500 | kg | petits pois |
| 1 | botte | oignons blancs |
| 0.700 | kg | pommes de terre nouvelles |
| 1 | pièce | salade (ou 2 petites) |

Pensez à laver les légumes avant de les consommer.

Fruits : Fraises et myrtilles

Recette de la semaine

Chou pointu au wok

Ingrédients pour 2 personnes :

1 chou pointu, 500 g de petits pois frais (ou 1 courgette), 3 carottes, 1 bel oignon nouveau + le vert de la botte, 3 cuillères à soupe de sauce sukiyaki (ou de sauce soja), 500 g viande hachée (mélange porc et bœuf), épices 5 parfums, 1 cm de gingembre frais, coriandre fraîche, 250 g nouilles chinoises.

Verser un mince filet d'huile d'olive dans le wok, le chauffer et faire revenir la viande hachée jusqu'à coloration.

Laver les carottes (et la courgette), les émincer en tagliatelles, les ajouter à la viande. Laver le chou, l'émincer finement, l'ajouter dans le wok avec les petits pois écosés. Emincer l'oignon, laver et ciseler le vert de la botte, les ajouter au wok. Mélanger.

Ajouter la sauce sukiyaki, les épices et le gingembre finement râpé, bien mélanger. La cuisson vous prendra 30 min au total. Démêler les nouilles chinoises dans de l'eau chaude, les égoutter puis les verser dans le wok et bien mélanger.

Parsemer de coriandre et servir de suite.
Nota : Ce petit chou vert primeur bien serré peut se manger soit cuit, soit en salade.



Prévision légumes

Salade
Ail nouveau
Petits pois



Pour rebondir sur l'article de Josette et Véronique dans la Feuille de chou du vendredi 21 mai (et rendre à César ce qui est à César) un petit reportage photos pour célébrer les 20 ans de Rodrigue à Terre Solidaire :



2001

Arrivée de Rodrigue, tout feu, tout flamme, à Terre Solidaire. Tous deux débutent leur carrière commune dans le maraîchage bio.



2008 : Rodrigocop

Rodrigue, testeur volontaire pour un appareil de suivi des constantes physiologiques pendant le travail.



2018 : Tracteur orange ou tracteur bleu, en plein champ ou sous serre, c'est Rodrigue qui est à l'ouvrage.



2019 : Rodrigue en maître d'apprentissage pour 2 salariées en insertion.



Et comme rien ne vaut l'exemple, il montre comment planter... les tomates. Martine, secrétaire.