

Vendredi 26 novembre 2021

Semaine 47



# La Feuille de Chou

## Edito

Le principe de la feuille de chou est de maintenir le lien avec vous, chers adhérentes, chers adhérents, en évoquant les événements marquants de la structure. Il m'est donc impensable de ne pas évoquer, lors de cette contribution, le départ de Véronique directrice de Terre Solidaire depuis 2011. Elle a quitté la structure vendredi dernier pour s'envoler vers d'autres projets professionnels mais également personnels puisqu'elle est retournée vers sa région natale, la Lorraine où il fait bon vivre !

Véronique est la personne qui m'a embauchée (entre autres puisqu'elle était accompagnée par 2 administrateurs pour l'entretien), mais surtout celle qui m'a accueillie et accompagnée pour mes débuts dans la structure à l'époque où régnaient quelques tensions parmi le personnel (mais c'est une autre histoire). Nous comptabilisons presque 9 ans de vie professionnelle commune.

Dans une petite structure de 4 à 5 permanents au départ (puis 7 à l'heure actuelle), les échanges avec la directrice sont quotidiens, indispensables et importants pour l'avancée du travail. Il est primordial que les liens se tissent, à minima des liens professionnels, et dans le meilleur des cas des liens plus personnels, voire quasi-amicaux. C'est effectivement ce qui s'est produit.

La 1<sup>ère</sup> année nous partagions le même bureau, puis nous avons eu la chance (merci aux administrateurs de l'époque et aux bénévoles qui ont rénové et réaménagé nos bureaux actuels) d'avoir chacune notre espace de travail.

Nos échanges quotidiens et nos liens s'en sont trouvés renforcés et plus constructifs. Au fil des jours, des mois, des années, avec des hauts, parfois des bas, nous avons développé des liens solides ainsi qu'une confiance réciproque. On ne peut évoquer Véronique sans parler de ses capacités et son aisance admirables à l'écrit (vous le savez, vous la lisez chaque semaine dans la feuille de chou), mais également à l'oral. J'ai apprécié tout au long de ces années, nos discussions et échanges toujours dans l'écoute et la bienveillance.

Nos désaccords (oui, oui, il y en a eu, et c'est bien normal) ont toujours trouvé résolutions et n'ont jamais entravé notre entente et notre désir commun de faire avancer cette belle structure qu'est Terre Solidaire, et « d'en faire un peu plus ».

Véronique, je te souhaite une belle suite, et je sais que tu sauras créer des liens tout aussi forts dans ta nouvelle structure. Evidemment ton humour, et tes « jokes » bien à toi à la pause de midi, vont nous manquer. Nous essaierons de prendre le relais, mais je ne suis pas sûre qu'on soit à la hauteur !

Maintenant place à de nouvelles aventures professionnelles, familiales et amicales pour toi.

Et Terre Solidaire accueillera bientôt son nouveau directeur/directrice pour une nouvelle page professionnelle à écrire.

Floriane, chargée d'insertion.

Pour un grand panier

0.2	kg	échalotes
1.3	kg	choux de Bruxelles*
2.0	kg	courge
2.0	kg	pommes de terre
1		salade
0.6	kg	betteraves rouges
3		chicorées rouges

\*issus de la parcelle de Laissaud

Laver les légumes avant de les consommer.

Fruits : Pommes et clémentines

## Recette de la semaine

### Lasagnes aux choux de Bruxelles

Préparation: 30 min Cuisson: 1 h 10 min

Ingrédients pour 6 personnes :

350 g de choux de Bruxelles, 200 g de champignons de couche frais, 600 g de bœuf haché, 1 oignon, 1 gousse d'ail, 1 boîte de tomates concassées, 1 petite brique de sauce tomate, thym, huile d'olive, 10 plaques de pâtes à lasagne, 200 g de ricotta, sel et poivre, 150 g de fromage râpé (facultatif).

Peler et émincer l'oignon et l'ail.  
Nettoyer et émincer les champignons.  
Laver et couper en tranches les choux.  
Faire revenir l'oignon et l'ail avec 1 càs d'huile d'olive. Ajouter la viande hachée, saler et poivrer. A coloration, ajouter les tomates concassées, la sauce, le thym, et laisser mijoter 15 min à feu doux.  
Dans une autre poêle, cuire 15 min à feu doux, les choux de Bruxelles avec les champignons avec 1 càs d'huile d'olive.  
Déposer une couche de sauce tomate dans le fond d'un plat à gratin, couvrir avec des plaques de lasagnes, puis avec un peu de viande hachée, de choux et de ricotta. Couvrir avec des lasagnes et répéter l'opération. Terminer par une couche de sauce tomate. Parsemer de râpé si vous le souhaitez.  
Enfourner pour 40 minutes à 200°C



## Prévision légumes

Chou  
Salade  
Oignons jaunes



### Le coin des maraîchers :

#### Le cardon

Cette plante est le légume traditionnel par excellence des repas de Noël dans notre région.

Originaire du bassin méditerranéen, c'est un proche voisin de l'artichaut. Il se distingue de ce cousin par la présence d'aiguilles acérées le long des bractées du pétiole. Heureusement pour les jardiniers de Terre Solidaire, il existe aujourd'hui des variétés beaucoup moins « agressives ».

Cette plante bisannuelle se cultive essentiellement sur le pourtour de la Méditerranée, et dans la vallée du Rhône, principale zone de production en France.

A la fin du mois d'octobre, les cardons ont été attachés, puis manchonnés et tuteurés. Les pétioles des cardons, appelés aussi cardes, doivent subir ces opérations pour être blanchis et ainsi perdre leur amertume, caractéristique de cette variété de chardon.

La deuxième année, la plante produit des fleurs magnifiques, d'un bleu violet électrique, très prisées des bourdons et abeilles, puis des graines qui font le ravissement des chardonnerets.

Ce légume, très riche en vitamines B9, minéraux et oligo-éléments, est très peu calorique.

Stéphane, encadrant maraîcher.



Méthode proposée par Archam pour éviter la verse des cardons :

2 fils tendus entre piquets plantés par Biniam et Abdullah, avec des entre-cœurs qui maintiennent bien droits les cardons.



Archam emmaillote un cardon avec un manchon opaque...

... et voilà le résultat du travail de ces 3 salariés.