

## LE TRACTEUR

**Généralité** : Le tracteur à vapeur et à chenille a été inventé par le russe Fiodor Blinov en 1881. En 1909 le premier tracteur à roues voit le jour.

Le tracteur agricole s'est développé en France dans les années 1950. Un grand nombre de fermiers se sont vus réquisitionner leurs animaux de trait par l'armée Française et Allemande pendant la seconde guerre mondiale.

Les Etats-Unis, à la fin de la guerre, ont introduit massivement les machines dans nos campagnes (le plan Marchal), et ont sonné le glas de la traction animale.

Le progrès était en route

**La Coudraie** : Nous avons fait l'acquisition d'un tracteur neuf car l'ancien ne répondait plus aux normes de sécurité. C'est un tracteur de marque Kubota M7040 de 70 chevaux.

Cette achat fait auprès du garage Claustre Donnard à Quimerc'h nous a été possible grâce à deux financeurs : la fondation VINCI – via le parrainage de M. Eric Hénaff directeur de la CEGELEC à Quimper, et la FAPE GRDF (Fondation Aide Pour l'Emploi).

Ce tracteur nous aide pour différents travaux notamment :

- atteler la benne pour épandre le compost
- préparer le sol avec les outils à dents
- préparer les planches et les lits de semences avec le cultirateur
- biner et butter les pommes de terre, les choux, les fèves ...

Tous les salariés ont la possibilité de le conduire en extérieur. Les encadrants se chargent des travaux sous serre car ils sont plus délicats.



# Feuille de Chou N°90



Les Maraîchers  
de la Coudraie  
CHANTIER D'INSERTION



271 route de Guengat - 29000 QUIMPER - Tel : 02 98 95 09 67

### Compte rendu de la visite aux CDAS :

Cette semaine notre chargée d'insertion Valérie ainsi que deux salariés : Céline et Arben sont allés au CDAS de Quimper pour présenter les Maraîchers de La Coudraie aux travailleurs sociaux. Nous avons retracé l'historique des Maraichers, le fonctionnement, les activités de maraîchage, l'accompagnement professionnel et social. Nous avons pu témoigner de notre parcours et de l'intérêt pour nous de travailler à la Coudraie. Nous appréhendions de ne pas pouvoir répondre aux questions mais au final, tout s'est très bien passé.

Merci aux travailleurs sociaux pour leur accueil et écoute.

**Témoignage** : « Les maraichers de la Coudraie m'ont beaucoup aidée sur mon projet professionnel. Ils m'ont permis de reprendre confiance en moi je remercie tout le monde ». Nous souhaitons donc une bonne continuation à **Julie** qui termine son contrat.



## Composition du panier

Légumes	unité	P. U.	PETIT PANIER		GRAND PANIER	
			Quantité	Prix	Quantité	Prix
Betteraves cuites	Kg	6€	0,500 kg	3€	0,500 Kg	3€
Clayton de Cuba	Kg	12€	0,200 Kg	2,00 €	0,200 Kg	2,00€
Carotte	Kg	2,80 €	0,500 Kg	1,40 €	1 Kg	2,80 €
navet	botte	1,70€	botte	1,70€	botte	1,70€
Poireau	kg	2,80 €	0,500 kg	1,40€	1 kg	2,80 €
Choux	Kg	2,50 €			0,800 Kg	2 €
Radis Noirs	piece	1 €			1	1 €
TOTAL				9,50 €		15,30€

## Zoom sur le jardin

**Plantation** : épinards, petits pois, betteraves rouges

**Entretien** : désherbage des carottes

**Aménagement** : réalisation d'une table pour manger à l'extérieur

**Semis** : aubergines, poivrons, tomates, poireaux, melons, concombres



## Le légume de la semaine... ...et sa recette

### Poêlée Végétarienne Carottes et Poireaux

Temps de préparation : 15 minutes

Temps de cuisson : 30 minutes

Ingrédients (pour 4 personnes) :

- 2 poireaux
- 6 carottes
- 1 gros oignon
- 2 gousses d'ail
- 20 g de beurre
- sel et poivre

Préparation de la recette :

Coupez la partie verte des poireaux et fendez-les en 2.

Nettoyez-les et coupez-les en tronçons d'environ 0,5 centimètre.

Pelez les carottes, rincez-les à l'eau froide et coupez-les en julienne.

Épluchez l'oignon et émincez-le.

Pelez les gousses d'ail.

Dans une poêle ou une sauteuse, faites fondre 1 grosse noix de beurre.

Jetez-y les carottes, les poireaux et l'oignon.

Faites-les revenir 10 min à feu plutôt vif tout en remuant. Salez, poivrez.

Écrasez les gousses d'ail que vous ajouterez aux légumes et réduisez le feu.

Laissez cuire doucement encore 10 min pour des légumes croquants.

Prolongez la cuisson de 10 min si vous les aimez légèrement confits.

*A servir avec une viande blanche pour les non-végétariens.*