

Le courrier des Lecteurs !

La Feuille de Chou, ce rendez-vous hebdomadaire, nous permet de vous faire suivre l'activité du Jardin et des Jardiniers, au gré des saisons.

Mais que deviennent les Paniers lorsque vous les emportez chez vous ?...

Une plus grande interactivité est possible, grâce à votre participation !
Cet espace est également le vôtre... Racontez-vous, écrivez-nous !
animlacoudraie@gmail.com

TREVE DE PRINTEMPS et PONTS de MAI :

Comme annoncé la semaine dernière, la production d'hiver se termine et celle du printemps n'est pas encore prête. C'est la raison pour laquelle nous arrêtons la livraison des paniers les semaines 16 et 17,
soit **du 13 avril 2015 au 24 avril**.
Nous reprendrons la livraison de paniers la semaine 18,
soit le **mardi 28 avril**.

Pour autant, le montant de votre virement mensuel reste stable !
En effet, nous effectuons un lissage des prélèvements sur l'ensemble de votre année d'abonnement.

Les vendredis 1^{er} et 8 mai étant fériés, les livraisons s'effectueront les jeudis (30 avril et 7 mai) à vos dépôts habituels.



Lorsque vous venez chercher vos paniers, veillez à nous déposer vos paniers vides !

Feuille de Chou N°95



Les Maraîchers
de la Coudraie
CHANTIER D'INSERTION

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

Semaine 15
Du 7 au 11 avril 2015

Rétro-Prospective Saison 2014-2015

Les cultures

La saison 2014-2015 a été très bonne dans l'ensemble et ce dû au climat assez sec et aux températures clémentes :

- les courges : la récolte a été abondante mais la conservation délicate,
- les haricots verts : des cultures productives mais attaquées par les pucerons en fin de saison,
- les tomates : la récolte a été très bonne, sans maladie.

Les investissements et nouveautés

Nous avons fait l'acquisition d'un nouveau tracteur, d'un fourgon et d'une motteuse dont la Feuille de Chou n°97 vous présentera le fonctionnement.

Le parking : il est en cours de réfection car il était devenu impraticable. Nous vous prions de nous excuser pour le dérangement occasionné lors des jours de livraison de paniers.

Les animations

- La porte ouverte à la Coudraie dans le cadre de la semaine nationale du développement durable avec visites des lieux et un petit goûter en fin d'après-midi.
- Le petit déjeuner Bio au mois de juin
- Une participation au Cornouaille Gourmand avec visite des lieux et dégustation de légumes
- Les visites de la Ferme... et bien d'autres encore !

Les perspectives

A ce jour, l'association compte 120 adhérents. Nous souhaitons augmenter le nombre d'adhérents et de paniers, ainsi que la production de légumes. Ceci va être rendu possible grâce au Corniguel, nouveau terrain mis à disposition par la Municipalité de Quimper.



Légumes	unité	P. U.	PETIT PANIER		GRAND PANIER	
			Quantité	Prix	Quantité	Prix
Céleri	Pièce	2,50 €	1	2,50 €	1	2,50 €
Betterave rouge	Kg	6 €	0,500 Kg	3 €	0,500 Kg	3 €
Navet	Botte	1,80 €	1	1,80 €	1	1,80 €
Mesclun	Kg	10 €	0,200 Kg	2 €	0,200 Kg	2 €
Radis noir	Pièce	1 €	1	1 €	1	1 €
Epinard	Kg	4,40 €			0,500 Kg	2,20€
Pdt « Allians »	Kg	1,80 €			1 Kg	1,80€
Panais	Kg	3 €			0,500 Kg	1,50 €
TOTAL				10€30		15€80

N.B : Nous arrivons en période creuse, les légumes se font rares!
 Cette semaine, les betteraves, céleris et pommes de terre viennent du Jardin de Cocagne de Kerbellec, à St Thurien.

Pdt « Allians » : variété de pommes de terres à chair ferme.

Attention !!!
 Ne jeter pas les fanes de vos navets car elles se cuisinent :
 soupes, gratins, salades ...

Zoom sur le jardin

Plantations : tomates, haricots verts, courgettes.

Aménagement : poser les filets pour croissance des haricots verts, et le tuteurage des tomates.

Semis : salade mizuna, oignons.

Entretien : désherbage des carottes et des panais.



Les légumes de la semaine... ...et leur recette

Velouté de fanes de navet, crème au roquefort

Ingrédients (6 Personnes) :

Les fanes d'une botte de navets
 1 oignon
 1 pomme de terre
 1 l d'eau
 1 bouillon-cube
 80g de crème fleurette
 60g de roquefort
 Poivre du moulin

Préparation de la recette :

Lavez les navets et ses feuilles ainsi que la pomme de terre. Mettez les fanes dans une cocotte-minute et gardez les navets pour une autre recette. Epluchez la pomme de terre et l'oignon et les mettre dans la cocotte. Ajoutez le bouillon-cube, l'eau et quelques tours du moulin à poivre.

Fermez la cocotte et comptez 20 minutes de cuisson à partir du sifflement de la soupape. Pendant ce temps, faites chauffer la crème dans une petite casserole puis mettez-y à fondre le roquefort.

Remuez et réservez.

Au bout de 30 minutes de cuisson, mixez.

Ajoutez éventuellement un peu de sel selon votre goût.

Servez chaud avec des volutes de crème au roquefort.