

Feuille de Chou N°97



Les Maraîchers
de la Coudraie
CHANTIER D'INSERTION

Semaine n°19
Du 4 mai au 8 mai 2015

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



Plantation d'un plan de tomate



Plant de tomate et système d'arrosage



Rempotage des plants de tomates



Taille d'un gourmand



Aperçu de notre serre en début de saison

Les Tomates

A la Coudraie, nous avons planté plusieurs variétés de tomates dont :

- La Précoce de Quimper (rouge)
- La Rosa (rouge)
- La Rose de Berne (rouge)
- La Noire de Crimée (rouge)
- L'Andine Cornue (rouge)
- La Cœur de Bœuf (rouge)
- La Cindel (rouge),

mais également des tomates cerise dont :

- Apéro (rouge)
- Capriccio (rouge)
- Raisin Vert (verte)
- Gold Nugget (jaune)
- Black Cherry (rouge)
- Devotion (rouge)



Toutes ces variétés, nous les avons semées puis repotées (voir photos en dernière page).

Taille : Il s'agit d'enlever les gourmands et ne laisser que 5 fleurs sur le premier bouquet de façon à garder tous les nutriments pour le plant et privilégier l'enracinement.

Fumure : Nous avons utilisé du fumier de cheval que nous avons réparti sur le sol : environ 2-3kg au mètre carré sans enfouir.

Maladie : Celle que nous rencontrons principalement est le Mildiou (champignons : « maladie cryptogamique »). Pour l'éviter, il faut mettre les plants sous tunnel car on est en Bretagne le climat n'est pas assez chaud et souvent humide.

Les plants ont besoin de chaleur et d'air : espacer les plants tous les 70cm, bien les tailler, avoir un arrosage copieux afin de maintenir l'humidité en profondeur.

Nous utilisons le « goutte à goutte » ce qui nous permet de faire des économies d'eau sans arroser le feuillage.



Légumes	Variété	Unité	P. U.	PETIT PANIER		GRAND PANIER	
				Quantité	Prix	Quantité	Prix
Petits pois	Wandoo	Kg	7 €	0,500 kg	3,50 €	0,500g	3,50 €
Carotte	Touchon	Botte	2 €	1 botte	2 €	1 botte	2 €
Oignons	Musona	Botte	1,80 €	1 botte	1,80 €	1 botte	1,80 €
Radis	Ostertergus	kg	4,00 €	0,300kg	1,20 €	0,300kg	1,20 €
Salade	Lollo Bionda	Pièce	1 €	1 pièce	1 €	1 pièce	1 €
Fraise	*	Kg	12 €			0,250Kg	3€
Pdt	Margot	Kg	5 €			0,500 Kg	2,50 €
TOTAL					9€50		15€00

*Variétés de fraises: Gariguettes, Favette, Ciflorette, Candiss, Cireine, Cigaline, Dely, Clery.

Zoom sur le jardin

Plantations : repotage de melon, poivron, tomate, oignon rosé

Aménagement : finition de la clôture, réparation des armoires de dépôt

Semis : courge

Entretien : désherbage de carotte, panais, betterave rouge....



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

Petits pois facile

Temps de préparation : 20 minutes

Temps de cuisson : 20 minutes

Ingrédients (pour 4 personnes) :

- 500 g de petits pois
- 1 carotte
- 1 oignon blanc
- allumettes de lardons (100g)
- 1/2 cuil à café de persil
- 1 gousse d'ail
- sel, poivre
- 1/2 cube de bouillon de bœuf

Préparation de la recette :

Mettre de l'eau à chauffer avec le 1/2 cube de bouillon de bœuf.

Lorsque l'eau est à ébullition, y plonger les petits pois et la carotte (préalablement coupée en fines rondelles) et laisser cuire 10 minutes.

Pendant ce temps, faire rissoler les allumettes de lardons et les oignons émincés.

Réserver un verre à moutarde de jus de cuisson des petits pois et carotte, puis égoutter.

Verser les petits pois et la carotte dans la préparation lardons/oignon.

Rajouter la gousse d'ail entière ainsi qu'une 1/2 cuillère à café de persil. Saler, poivrer. Verser le verre de bouillon.

Laisser cuire à petit feu pendant 20 min. Servir chaud.