

LES MARAÎCHERS DE LA COUDRAIE A L'HEURE EUROPEENNE

Mercredi dernier, nous avons reçu la visite d'espagnols et de grecs dans notre ferme. En effet, à l'initiative de Madame Le Moigne (MPT Pehnars), adhérente de l'association, des salariés issus de structures similaires à notre chantier de réinsertion sont venus observer le fonctionnement de notre Jardin de Cocagne. La MPT est engagée depuis 2013 dans un projet européen d'échange avec Albacete une ville du sud-est de L'Espagne, avec Sinop, en Turquie près de la mer noire et avec un quartier d'Athènes en Grèce.

En Espagne, il s'agit d'un chantier de réinsertion dédié aux femmes ayant été victimes de violences conjugales. Ce projet se prénomme W.O.W : Working On Women. Il s'agit de Jardins familiaux qui sont gérés par le « Pôle Emploi » local espagnol.

Lors de leur visite, nos homologues européens ont été surpris de voir une femme conduisant notre tracteur et aussi par les nombreuses variétés de tomates. Un échange enrichissant dans la langue de Shakesper (et oui nos encadrants ne maîtrisant pas très bien l'espagnol !) a donné l'envie à nos hôtes d'essayer d'importer le mode de fonctionnement de notre structure.

Par ailleurs, la MPT de Pehnars souhaite développer une collaboration avec nous pour créer, l'an prochain, des ateliers cuisine avec les produits issus de notre Maraîchage.



QUELQUES MOTS ESPAGNOLS

COURGETTE : CALABIN
HARICOT VERT : JUDIA VERDE
FRAISE : FRESA

A BIENTOT AMIS
MEDITERANEENS

HASTA PRONTO AMIGOS !



Feuille de Chou N°110

-La petite gazette réalisée par les Jardiniers et Jardinères en parcours I-



Les Maraîchers
de la Coudraie
CHANTIER D'INSERTION

Semaine n°32
Du 3 au 9 Août 2015

271 route de Guengat - 29000 QUIMPER - Tel : 02 98 95 09 67 maracheursdelacoudraie-quimper@orange.fr

- Actualités -

Cours d'informatique

L'association « AGIR abcd » vient donner des cours d'initiation informatiques pour les salariés de la Coudraie.

Afin de nous aider à faire nos démarches plus rapidement et d'être plus efficaces, cette association formée de retraités bénévoles nous enseigne les rudiments techniques pour mieux apprivoiser l'outil informatique. <http://www.espace29.asso.fr/assos/3>

Pique-nique au Corniguel

Jeudi dernier nous nous sommes rendu dans notre ferme annexe au Corniguel pour y effectuer le désherbage des différentes plantations.



Nous avons pu nous rendre compte de l'évolution de nos légumes :

- les poireaux vont bien mais certains ont été grignotés par les lapins
- les melons sont en fleurs
- les betteraves rouges sont enfin sorties de terre (merci la pluie)
- les courges grossissent

Après une matinée de dur labeur, l'équipe a pique-niquer sur place, profitant en même temps des explications de la directrice Annick sur la situation géographique de notre champ et de son environnement proche.

A noter, le projet de fabrication de toilettes sèches sur le site du Corniguel.



Composition du panier

Légumes	Variété	Unité	P. U.	PETIT PANIER		GRAND PANIER	
				Quantité	Prix	Quantité	Prix
Choux rouge	Marnier früroth	1	2.5 €	1	2.5 €	1	2.5 €
Betterave cuite	Bolivar	kg	6 €	0.5kg	3 €	0.5kg	3 €
Tomate	*	kg	4 €	0.5kg	2 €	0.5kg	2 €
Basilic	Vert à grandes feuilles	1	1 €	1 botte	1 €	1botte	1 €
Salade	Carmen, Soliflor	1	1 €	1	1 €	1	1 €
Haricot vert	Emerite	kg	6 €			0.5kg	3 €
Courgette	Tempra, Florida	kg	2.5 €			1kg	2.5 €
TOTAL					9.50 €		15 €

* : Précoce de Quimper, Rosa, Noire de Crimée, Andine cornue, Merveille des marchés, Liguria, Cœur de bœuf orange, Cindel

Echos des Jardiniers

Abdi est en stage d'immersion dans une entreprise de transport

Zoom sur le jardin

Plantations : éclaircissement des rutabagas, choux, pourpier, salades

Semis : carotte

Entretien : désherbage, arrachage des haricots vert dans la serre



Le légume de la semaine...
...et sa recette : la Tomate !

TOMATE FARCIE

Ingrédients :

Tomate (1 à 2 par personne)

Huile d'olive

Basilic, ail, persil

Viande hachée (selon votre envie) bœuf, porc
ou toffu pour les végétariens

Préparation :

Couper le dessous des tomates et évider (enlever une partie de la chair).
Dans une poêle, faire revenir la viande en ajoutant les condiments finement hachés (basilic, ail, persil) puis mélanger avec la chair des tomates.

Remplir les tomates avec la viande hachée

Mettre dans un plat et mettre au four 180 -200 degrés

Variante : vous pouvez mettre du riz préalablement cuit autour de vos tomates farcies dans votre plat