



du 15 février au 1er mai

Protégez les abeilles : Fabriquer un piège à frelon

Pour le réaliser, rien de plus simple : il vous suffit de :

- rassembler 2 bouteilles d'eau,
- 2 bâtonnets de glace,
- 1 paire de ciseaux,
- de la ficelle, une éponge, un peu de bière brune et du miel.

- Découpez les tiers supérieurs des deux bouteilles et collez les ensembles par la base pour former une sorte de toupie.

- Percez-y une ouverture de 9 mm de haut et de la largeur de votre premier bâtonnet, que vous introduirez à l'intérieur.

- Fermez le bouchon du haut afin d'éviter que la pluie ne pénètre dans votre piège, mais laissez celui du bas ouvert pour créer une nasse qui empêchera le frelon asiatique de remonter.

- Découpez une ouverture de 5,5 mm de haut dans la partie basse d'une de vos chutes de bouteille. Introduisez votre second bâtonnet comme précédemment.

- Installez l'éponge, découpée à la forme voulue, et arrosez-la d'un mélange de miel et de bière brune (NDLR : personnellement, je mets un mélange d'un tiers de bière blonde ou brune, un tiers de sirop de framboise et un tiers de vin blanc), qui repoussera les abeilles mais attirera les frelons asiatiques. Si des abeilles venaient malgré tout à s'égarer dans votre piège, vous pouvez rajouter du vin blanc pour accroître la dissuasion.

- Refermez votre piège. Vous n'avez plus qu'à l'accrocher en plein soleil avec votre ficelle. N'oubliez pas de renouveler l'appât tous les 15 jours.

> Si vous capturez un frelon laissez-le dans le piège, ses phéromones pourraient attirer d'autres individus.

> Si vous repérez un nid de frelon, contactez la D.D.P.P. (direction départementale de la protection des populations) au 02 98 64 36 36.

Christophe

Feuille de Chou N°139

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



Les Maraîchers
de la Coudraie
CHANTIER D'INSERTION



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

www.panierbiolacoudraie.org

Le Frelon Asiatique



C'est en 2004, dans un chargement de poteries chinoises, qu'aurait été importée en France la première reine de frelon asiatique. Depuis, l'insecte a prospéré à grande vitesse sur notre territoire, dont le climat est comparable à celui de sa terre d'origine, situé entre le nord de l'Inde et la Chine. En seulement 10 ans, il a colonisé 70% de la France.

Le problème ? Pour se nourrir ce frelon fait festin des abeilles, déjà menacées d'extinction. Une dizaine de ces insectes suffit à anéantir une ruche. Ce frelon s'en prend également aux autres insectes pollinisateurs, ce qui est une véritable catastrophe pour les écosystèmes. D'autant qu'avec son dard capable de traverser une épaisseur de 6 mm, cette espèce est agressive envers l'homme si elle se sent menacée (gestes violents, coups de torchon), ses piqûres sont très douloureuses et suffisamment nombreuses, elles peuvent être mortelles, tout comme le frelon européen.



Composition du panier

Légumes	Variété	Unité	P. U.	PETIT PANIER		GRAND PANIER	
				Quantité	Prix	Quantité	Prix
pdt	alians	kg	1,80€	1,5kg	2,70€	1,5kg	2,70€
Poireau	atlanta	1botte	1,80€	1	1,80€	1	1,80€
mesclun	Mâche,mizuna	kg	10€	100g	1,00€	100g	1,00€
Radis noir	Noir rond	kg	2.50€	320g	0.80€	320g	0.80€
courge		kg	2,80€	1,2kg	3,20€	1,2kg	3,20€
Salade	batavia	1	1€			1	1,00€
oignon	Oignon rosé	kg	2,80€			1kg	2,80€
rutabaga	Friese gele	kg	2,50€			280g	0,70€
Betterave crue	bolivar	kg	2.00€			500g	1.00€
TOTAL					9.50€		15€

Le légume de la semaine... et sa recette

Un velouté léger pour le soir...

Velouté de radis noir et poireau

Ingrédients 4 personnes

- 2 petits oignons
- 1 radis noir
- 1 blanc de poireau
- 1 grosse pomme de terre
- Huile d'olive extra vierge
- 1 litre de bouillon de volaille
- Poivre du moulin aux 5 baies
- 1 bouquet de persil
- 100 ml de lait de coco
- Quelques oignons frits (facultatif)
- Gomasio (facultatif)

- > Epluchez vos oignons que vous émincez et faites revenir dans un faitout avec un peu d'huile d'olive, poivrez et laissez caraméliser.
- > Epluchez vos légumes et féculent que vous lavez et coupez en petits cubes. Les ajouter dans votre faitout et poursuivre la cuisson de 5 min à feu vif sans cesser de remuer.
- > Au bout de ce temps, versez votre bouillon de volaille, attendre l'ébullition puis cuire pendant 30min à feu doux et à couvert.
- > Lavez vos feuilles de persil.
- > Versez votre préparation dans un blender, ajoutez le lait de coco, les feuilles de persil et mixez jusqu'à l'obtention d'un velouté très onctueux. Rectifiez l'assaisonnement.

Parsemez un peu d'oignons frits et de gomasio.

Bon appétit !

Echo des Jardiniers départ de 3 jardiniers



-« Merci à la Coudraie, j'ai passé un moment très agréable, je vous souhaite une très bonne vie et bonne continuation. »

Abdi

« J'ai passé une merveilleuse année, malgré les hauts et les bas. J'ai appris beaucoup de choses, et fait d'agréables rencontres. Voila nos routes se séparent bon vent à tous. »

Gérald

-« Après une année à la Coudraie j'ai pris confiance en moi, prête à voler de mes propres ailes et atteindre mes futurs objectifs. J'ai été très heureuse d'être ici, d'avoir connu toutes ces personnes, je suis vraiment heureuse. Je souhaite une bonne route à chacun de mes collègues et ainsi qu'aux adhérents. Vous allez me manquer. Bisous »

Sophie

Zoom sur le jardin

Semis : Poivron, tomate, cote de bettes, clayton (pourpier d'hiver), oignon rouge

Plantation : Petits pois, salade et mâche

Entretien : Planches d'épinards et de salades débarrassées, remonté les petits pois, désherbage des carottes

Bricolage : Mise en place des serres (5m de large sur 40m de long)