

## LE CORNIGŒL NOTRE CHAMP VOË SUR LA BAÏE DE KEROGAN



Un site magnifique à proximité de la SPA, notre champ au Corniguel en dormance va reprendre vie en cette fin d'hiver. En effet nous sommes en train de ramasser nos derniers légumes (poireaux et betteraves rouges). Nous allons dès que le temps le permettra préparer notre champs (labourage, pose de bâches plastique), afin d'accueillir nos futures plantations (oignons, échalotes et fèves). Ce lieu magique nous est prêté gracieusement par la mairie de Quimper, mais il se situe à 8 km de notre ferme de la Coudraie et cela nous oblige à nous organiser pour le cultiver. Et oui, au Corniguel il n'y a pas de possibilité d'arrosage, donc nous devons choisir les légumes les plus adaptés et préparer nos déplacements pour entretenir ce superbe outil de travail. La logistique, le déplacement des salariés, des outils agricoles et du tracteur pour cultiver cette terre est un problème qu'il faut gérer en fonction de la météo très capricieuse ! C'est pourquoi nous ne nous y rendons pas tous les jours. En effet nos véhicules, offerts par GRDF et RTE n'ont que 2 places chacune, donc nous empruntons de temps en temps nos voitures personnelles pour nous rendre là-bas. Ce qui entraîne un coût supplémentaire pour notre structure, car les salariés (prenant leur auto) sont remboursés de leurs déplacements. Mais bon, la terre de ce champs nous le rends bien, les légumes poussent rapidement et c'est très agréable de travailler sur ce site pittoresque. Le printemps approche à grands pas, vivement que la gadoue se transforme en poussière.

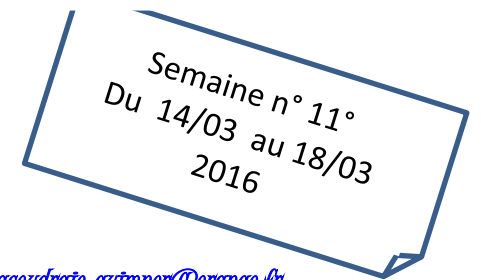
**Philippe**

# Feuille de Chou N°141

*-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](mailto:maraichersdelacoudraie-quimper@orange.fr)

[www.panierbiolacoudraie.org](http://www.panierbiolacoudraie.org)

**Attention ! Pas de paniers pour  
2 semaines**

**Du 28 mars au 10 avril**

**Fin des stocks oblige, nous arrivons en fin d'hiver. En attendant les légumes nouveaux de printemps, une pause s'impose !!  
En espérant que votre subsistance n'en soit pas trop altérée, nous comptons sur votre compréhension.**

*La direction*

## LA COUDRAIE BOUGE AVEC LA POSTE

Depuis début Mars notre ferme a accueilli une nouvelle partenaire, Christiane Pelé, une salariée de la Poste, qui vient nous apporter son expertise pour nous aider à développer une activité d'animations pédagogiques dans notre structure.

En effet, nous avons comme objectif de recevoir des nouveaux visiteurs pour faire découvrir le maraichage biologique en général et notre ferme en particulier. Des ateliers vont être mis en place avec la participation des encadrants techniques et des salariés polyvalents.

Le projet avance notamment avec la future venue d'une classe de CE1 d'une école de Quimper, nous vous en parlerons ultérieurement...

Bienvenue à notre nouvelle collègue de travail.

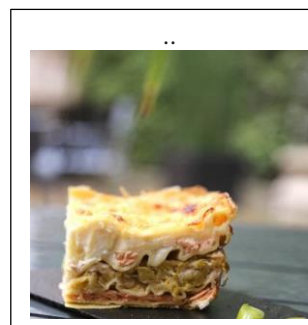
*Philippe*



## Composition du panier

Légumes	Variété	Unité	P. U.	PETIT PANIER		GRAND PANIER	
				Quantité	Prix	Quantité	Prix
Radis		botte	1.60	1	1.60	1	1.60
Poireau		botte	1.80	1	1.80	1	1.80
Radis noir		kg	2.50	0.500kg	1.25	0.500kg	1.25
mesclun		kg	10.00	100g	1.00	100g	1.00
Betterave crues		kg	2.00	500g	1.00	500gr	1.00
échalote		kg	4.50	240g	1.05	240g	1.05
Pomme de terre		kg	1.80	1.00kg	1.80	1.00kg	1.80
Salade		pièce	1.00			pièce	1.00
coco		kg	5.00			500g	2.50
navets		botte	2.00			1	2.00
<b>TOTAL</b>					<b>9.50</b>		<b>15</b>

## Le légume de la semaine et sa recette



### Lasagnes poireaux et saumon

**Temps de préparation : 20 minutes**

**Temps de cuisson : 30 minutes**

**Ingrédients (pour 6 personnes) :-** plaques de lasagnes

- 6 blancs de poireaux
- 2 darnes ou filets de saumon
- 3 tranches de saumon fumé
- béchamel
- gruyère rapé
- beurre
- sel et poivre

Préparation de la recette :

Emincer les blancs de poireaux et les faire revenir longtemps dans du beurre jusqu'à ce qu'ils roussissent.

Pendant ce temps, passer les darnes de saumon au micro-onde moins d'une minute de sorte à pouvoir l'émietter facilement.

Beurrer un plat et y poser successivement une plaque de lasagne puis par-dessus tout le saumon fumé et à nouveau une plaque de lasagne.

Arrêter la cuisson des poireaux et les disposer sur la dernière couche de lasagne et recouvrir de lasagne.

Recouvrir la couche de lasagne par le saumon émietté, le napper de béchamel et d'une dernière plaque de lasagnes.

Sur la dernière couche de lasagne, verser le restant de béchamel, parsemer de gruyère râpé et cuire 30 mn à four moyen / chaud (thermostat 6/7).

## Echo des Jardiniers

Annie est revenue très enchantée de son stage en tant qu'agent d'entretien des bâtiments ...

Morgane a trouvé un stage dans une maison de retraite à Plogonnec

Aelig, un ancien salarié vient devenir papa, bienvenue à Bjorn et félicitations aux parents

## Zoom sur le jardin

**Plantations :** fèves,

**Semis :** blettes, mesclun, coriandre, betteraves rouges

**Entretien :** désherbage

**Bricolage :** réparation des serres suite aux tempêtes, continuité du montage des 2 nouveaux tunnels