

Les semences de tomates

A la Coudraie nous pensons déjà à préparer la culture des tomates de l'année prochaine en récupérant les graines de tomate.

Commencer déjà par sélectionner les plants de tomate qui doivent être beaux et en bonne santé !

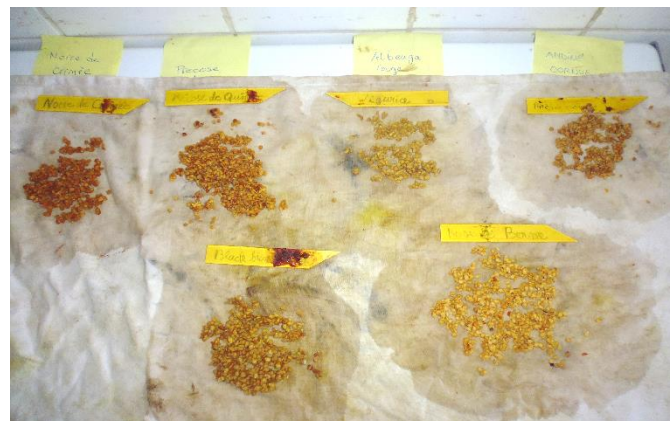
Puis il faut choisir une belle tomate mure qui correspond aux critères de la variété (taille et forme)



L'étape suivante est de récupérer les semences, on procède différemment pour les semences de tomate que pour les autres légumes.

On récupère les graines et sa pulpe qu'on met dans les bols sans oublier d'étiqueter les noms de variétés, on laisse reposer les graines et la pulpe jusqu'à la fermentation et l'apparition des moisissures. Cette étape sert à séparer les graines et sa pulpe, les champignons vont détruire également les bactéries. C'est ce même champignon « *Géothricum candidans* » qui est responsable de la croûte blanche du camembert.

Il faut par la suite récupérer les graines, les nettoyer à l'eau et après les faire sécher dans une assiette ou sur un torchon et enfin les conserver dans un endroit sec bien emballé jusqu'à l'année prochaine.



Morgane

Feuille de Chou N°161

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



Les Maraîchers
de la Coudraie
CHANTIER D'INSERTION

Semaine n°33
Du 15/08 au 19/08
2016

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

www.panierbiolacoudraie.org

Les abeilles de Cocagne



Melvita
cosmétique bio française depuis 1983

Melvita est une entreprise de fabrication de produits cosmétiques bio française qui soutient des projets œuvrant en faveur de la protection des abeilles.

Le Réseau Cocagne et Melvita ont passé un partenariat pour soutenir les développements d'activités apicoles dans les jardins de Cocagne.

Les Maraîchers de la Coudraie ont été retenus pour une subvention de 2800 euros.

Cette subvention va nous permettre de développer l'activité apicole notamment en finançant du matériel comme un extracteur de miel, un maturateur et des équipements : enfumoir, cadres, tenues...

Maintenant c'est aux abeilles de faire leurs boulots !



Composition du panier

Légumes	Variété	Unité	P. U.	PETIT PANIER		GRAND PANIER	
				Quantité	Prix	Quantité	Prix
Tomate		Kg	4.50	0.850	3,80	0.850	3.80
Poivron Aubergine		Kg	4.50	0.500	2.25	0.470	2.10
Salade		Pièce	1.10	1	1,10	1	1.10
Pomme de terre		Kg	2.50	1 kg	2,50	0.840	2.50
Betteraves rouges		Botte	2.20			1	2,20
Tomates cerise		Barquette	2.20			1	2,20
Concombre		Pièce	0.60			2	1,80
TOTAL					9.65		15.70

Echo des Jardinier

Cette semaine nous accueillons Ketty qui remplacera Johann au poste d'animateur réseau.

Zoom sur le jardin

Plantations : taillage et repiquage des poireaux, choux chinois

Entretien : désherbage des betteraves, carottes.

Le légume de la semaine

Et sa recette



Gratin de tomates, aubergines et poivrons au chèvre

Ingrédients :

6 tomates
2 aubergines de petite taille
3 poivrons
1 ou 2 buches de chèvre
Huile d'olive
du thym ou des herbes de Provence
1 l d'eau bouillante
4 pommes de terre pelées et cuites
sel, poivre

Plongez les tomates dans l'eau bouillante et pelez-les.

Coupez les poivrons en quartiers après avoir enlevé les pépins (1 poivron = 8 à 10 quartiers).

Mettez dans une poêle, avec 1 c. à soupe d'huile d'olive, les poivrons à précuire à feu très doux pendant 10 min.

Pendant ce temps, lavez les aubergines et coupez-les en rondelles. Conservez-les dans un saladier plein d'eau pour éviter qu'elles noircissent.

Coupez les pommes de terre déjà cuites en morceaux.

Coupez les bûches en rondelles. Huilez le plat à gratin.

Préchauffez le four à 180°C.

Déposez les morceaux de pommes de terre, les rondelles de tomates, d'aubergines, de poivrons et de chèvre en les alternant régulièrement.

Lorsqu'une couche est finie, salez et poivrez très légèrement, rajoutez un peu de thym ou d'herbes de Provence selon les goûts. Arrosez d'1 ou 2 c. à soupe d'huile d'olive selon la largeur du plat. Ceci avant de commencer une nouvelle couche. Continuez ainsi jusqu'à ce que le plat soit plein.

Arrosez ensuite d'huile d'olive cette dernière couche comme les précédente. Attention les couches de dessous ne doivent pas baigner dans l'huile.

Enfournez pendant 45 min.