

## Ancien ( article première page) et nouveau président

Bonjour à toutes et à tous,

Je voudrai tout d'abord remercier vivement Henri pour le superbe travail qu'il a accompli pendant ses 6 ans à la Présidence des Maraîchers de la Coudraie. Henri tu peux en effet être fier de ce qui a été réalisé !

N'oublions pas que tout était à faire ! et tu n'as pas hésité à donner de ta disponibilité, de ton énergie pour mettre tes compétences à profit pour piloter ce beau projet.

Au nom du Conseil d'Administration merci encore !

Mais nous avons encore besoin de toi et sommes très heureux que tu restes avec nous comme Trésorier de l'Association.

Pour ma part c'est avec un grand plaisir que je reprends le flambeau et je remercie le Conseil d'Administration de la confiance qu'il m'accorde.

Je suis depuis une 15aine d'années administrateur de structures d'insertion sur Quimper, et j'ai eu l'honneur à ce titre en 2011 de faire partie des membres fondateurs de ce magnifique projet de maraichage biologique de la Coudraie.

Mais il reste encore du travail pour pérenniser notre structure et poursuivre son développement, ceci malgré le nécessaire soutien de nos partenaires financiers.

C'est pourquoi le Conseil d'Administration, la Direction et tous les salariés permanents et en parcours mettent leurs efforts quotidiennement au service de l'insertion, de la solidarité et d'une bonne alimentation biologique.

Merci beaucoup aux adhérents pour leur fidélité et leur soutien.

Le président  
Didier OLLIVIER



# Feuille de Chou n°248

*-La petite gazette réalisée par les Jardinières et Jardiniers en parcours insertion-*



Les Maraîchers  
de la Coudraie  
CHANTIER D'INSERTION

Semaine n°23  
Du 04/06 au  
10/06/2018

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)

Chères adhérentes, chers adhérents,

C'est avec beaucoup de sérénité et une très grande fierté que je laisse la Présidence des Maraîchers de la Coudraie à Didier OLLIVIER, administrateur co-fondateur de l'association.

**Sérénité** parce, de par ses fonctions de Trésorier, j'ai, entre autre, beaucoup apprécié ses qualités humaines, que le travail d'équipe et collectif déjà engagé continue et que c'est à l'unanimité des administrateurs présents ou représentés que cette élection a été validé par le Conseil d'administration.

**Fierté** d'avoir et de continuer à participer à ce beau projet de Chantier d'insertion des Maraîchers de la Coudraie, comme je l'ai déjà dit en conclusion du rapport moral à la dernière assemblée générale, qui allie en même temps :

- un esprit de solidarité sociale de par la richesse apportée par chacune et chacun
- une sensibilisation et/ou une initiation des salarié.es et adhérent.es à une alimentation plus équilibrée.
- un accompagnement personnel des salarié.es en parcours d'insertion à la vie quotidienne et professionnelle permettant à chacun et chacune de se ressourcer et de partir de la Coudraie avec des objectifs nouveaux ou confirmés.
- la richesse des contacts entre administrateurs/salarié.es professionnel.les/salarié.es en parcours/partenaires institutionnels, professionnels et associatifs/adhérent.es.

Bonne route et longue vie aux Maraîchers de la Coudraie.

L'ancien Président, Henri DRÉAN

## Le panier de la semaine

Légumes	Variété	Unité	Prix	PETIT PANIER		GRAND PANIER	
				Quantité	Prix	Quantité	Prix
Courgette		Kg	3.60 €	0.650 kg	2.28 €	0.650 kg	2.28 €
PDT nouvelle	Allians	Kg	4.60 €	0.700 kg	3.22 €	0.700 kg	3.22 €
Betterave rouge		Botte	2.80 €	1 b.	2.80 €	1 b.	2.80 €
Salade		Pièce	1.20 €	1 p.	1.20 €	1 p.	1.20 €
Rhubarbe		Kg	4.20 €			0.400 kg	1.68 €
Mesclun		Kg	13.00€			0.120 kg	1.56 €
Fenouil		Kg	4.20 €			0.550 kg	2.40 €
<b>Total</b>					<b>9.50 €</b>		<b>15.14€</b>

## Echos des jardiniers

Après 2 ans passés à la Coudraie, Léna a terminé son contrat CDDI jeudi. Nous tenions à la remercier pour sa bonne humeur et sa bienveillance. Elle a beaucoup participé à la mise en valeur paysagère de la ferme. Merci encore !

## Zoom sur le jardin

**Plantations :** courges

**Récoltes :** fraises, petits pois

**Divers :** taille des tomates, rangement, tuteurage des concombres, compost sur framboisiers, préparation du sol pour plantation des patates douces

## Le légume de la semaine et sa recette



### Salade de betteraves crues, oranges et amandes

Personne : 4

Préparation : 15 min

- 4 betteraves moyennes
- 2 oranges
- 1 c. à s. de moutarde de Dijon
- 60 ml d'huile d'olive
- 2 c. à s. de persil haché
- Sel et poivre au goût
- Des amandes émincées et grillées
- 2 carottes
- 125 ml de jus d'orange
- 1 c. à s. de moutarde à l'ancienne
- 2 échalotes hachées
- 1 c. à s. de ciboulette hachée
- Quelques feuilles de salade

- Lavez en la frottant bien la carotte, faites en des tagliatelles à l'épluche légumes. Pelez, et tranchez les betteraves en fines juliennes ou râpez-les. Réservez.
- À l'aide d'un petit couteau bien aiguisé, pelez les oranges à vif. Prélevez les suprêmes d'orange en tranchant de chaque côté des membranes.
- Au-dessus d'un bol, pressez les membranes entre les mains afin d'en récupérer le jus. Ajoutez le jus d'orange et fouettez le jus avec les deux moutardes. Tout en fouettant, versez l'huile en un mince filet. Incorporez les échalotes, les herbes et l'assaisonnement. Réservez.
- Au moment de servir, disposez quelques feuilles de salade dans chaque assiette.
- Ajoutez les betteraves et les oranges.
- Versez la vinaigrette et garnissez d'amandes grillées.