

"La feuille de Chou"

Journal de l'Association pour le Maintien de l'Agriculture Paysanne AMAP porte
Vous souhaitez proposer un article, une recette : Mail : amap.porte@gmail.com



N°6 mars 2014

Zoom Producteur : **Line Rochereau**
(Agneaux)

Par Charlotte Roger

Voilà maintenant trois ans que Line Rochereau exploite sa ferme sur la colline des Gardes. Il y a de quoi faire entre les agneaux, les volailles et quelques chevaux... Pour le moment notre éleveuse d'ovins est obligée de concilier sa vie professionnelle entre les trajets de Toutlemonde jusqu'à la ferme, un travail prenant et sa vie personnelle avec l'arrivée récente de sa petite Camille et les travaux de sa future maison, accolée à la ferme.

Cette année une petite centaine d'agneaux sont nés, avec un peu d'avance par rapport aux autres années. Les premiers sont arrivés entre octobre et décembre et les derniers ce mois-ci, avec encore une mise bas la veille de notre visite. Il reste encore une brebis qui n'a pas agnelé.

Malheureusement, Line n'avait pas eu le temps de monter les portails à sa bergerie, ce qui a provoqué des courants d'air. Et l'humidité, ennemie des moutons a causé pas mal de pertes, environ 20% des agneaux naissants.

Il faut savoir que même avec toutes les conditions favorables réunies, le mouton est un animal maladif et qu'un bon éleveur compte toujours 10% de perte.

Désormais tout ce petit monde a hâte de rejoindre les champs et l'herbe à brouter. Un espace de 30m² a été aménagé spécialement pour permettre aux agneaux d'entrer et sortir à leur guise. Au loin, Line nous montre l'étendue des verts pâturages où nos petits agneaux se baladeront dès les beaux jours ainsi que les haies où ils pourront dormir...

Pour les nouveaux contrats, le prix du colis augmente légèrement, passant de 15€ à 15,5€ /kg. En effet, Line cultive ses propres céréales (7 hectares l'année dernière et 11 hectares cette

année) mais suite au mauvais temps, elle n'en a pas obtenu assez et a dû en acheter à Valanjou. Sachant que le prix des matières premières et des intermédiaires pour la transformation de la viande a augmenté de 10 à 15%, notre agricultrice n'a pas eu d'autre choix que de le répercuter sur le prix des colis.

Line fournit également l'AMAP des « 3 Sol » mais son plus gros bénéfice reste la vente en direct.

Nouveauté de cette année : Line va pouvoir abattre ses volailles à la ferme. Quant à ses agneaux, désormais elle a trouvé un endroit plus proche, elle les emmène à l'abattoir de Beaupréau alors qu'il lui fallait avant se déplacer jusqu'à Thouars. Elle a aussi pour projet de pouvoir découper les agneaux et les mettre en caissette à la ferme.



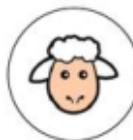
Line tient toute seule son exploitation mais il y a une grande solidarité autour d'elle. Son mari, qui a un travail extérieur à la ferme est évidemment son premier allié. Beaucoup de copains viennent aussi donner un coup de main. Le jeune retraité qui lui a vendu la ferme et qui reste son voisin est également là pour l'épauler.

Mais cela reste compliqué à gérer, cette année encore Line n'a pas pu se tirer de vrai salaire. En revanche, la motivation est quant à elle, toujours intacte ! **D'ailleurs Line reste enthousiaste à l'idée de faire visiter sa ferme aux amapiens, à bon entendeur, salut !**

Des nouvelles des producteurs



De nouveaux pains sont proposés dans les contrats: petit épeautre (pour les intolérants au gluten), grand épeautre, de nouvelles farines aussi. En cette période de soudure, il est impossible pour Vincent de fournir des tomes pendant trois semaines (cela sera vu entre Vincent et chaque Amapien concerné). Dans les temps à venir, un nouveau fromage à pâte cuite, type emmental, sera proposé.



Line change de boucher suite à des retours négatifs sur la dernière découpe. Pour elle "pas facile de trouver quelqu'un de bon"

Michel Socheleau, producteur de lapins et huile colza + tournesol :

Pour les lapins, malgré l'humidité la production suit son cours.

On ne peut pas prévoir pour la prochaine récolte de colza à cause de l'humidité, le colza est plus facile à cultiver avec un temps sec.

Il a mis de l'avoine au milieu de son colza pour protéger les pousses de celui-ci. Malheureusement avec les températures douces de cet hiver l'avoine n'a pas gelé. Il devra récolter Avoine et colza et les trier ensuite.

Le tournesol sera semé en mai.



Attention !!! Au dernier pointage seulement 20 contrats étaient retournés. Pour permettre de poursuivre l'AMAP et pour que celle ci aie un intérêt pour les producteurs, il nous faut monter à 40 paniers minimum, nous comptons sur vous pour essayer de trouver de nouvelles personnes susceptibles d'intégrer l'AMAP, n'hésitez pas non plus à nous faire part des retours, du pourquoi nous n'arrivons pas à atteindre les 50 paniers légumes. Nous parlons ici des légumes mais il en va de même pour tous les autres contrats

Retour sur la dernière animation AMAP : Des Galettes !!!



La petite histoire du céleri rave

Dans les paniers, les céleris sont légions en ce moment, on va apprendre à mieux les connaître, les préparer, nous allons même les rendre sexy !

Le céleri a d'abord été appelé « ache », mot qui est apparu dans la langue au XIIe siècle et qui est dérivé du latin *apia*, pluriel de *apium*. Il signifie « qui croît dans l'eau », en référence à l'habitat naturel de la plante. À l'origine, il désignait un groupe assez étendu de plantes (dont le persil et la livèche) avant d'adopter le sens restreint de « céleri ».



Apparu beaucoup plus tardivement dans la langue française (soit en 1651), « céleri » dérive du lombard *seleri*, issu du latin *selenon*. Ce nom rappelle que la plante était censée être sous l'influence de la lune (sélé), possiblement en référence aux propriétés aphrodisiaques qu'on lui attribuait. Le terme « céleri » a définitivement remplacé « ache » dans la langue courante, bien que ce dernier soit encore employé à l'occasion en herboristerie et en botanique.

Le terme « rave » est un terme générique qui signifie « racine » et qui désigne les plantes potagères dont on consomme la racine.

Le céleri est originaire du bassin méditerranéen, plus précisément des marécages salins qui bordent la Méditerranée. Il était connu des Grecs de l'Antiquité, si on en croit l'*Odyssée* d'Homère, écrite 850 ans avant notre ère. Toutefois, comme on le désignait alors sous le nom de *selenon*, qui était également attribué à d'autres plantes, on ne

peut affirmer avec certitude que c'est bien du céleri dont faisait mention Homère dans ses écrits.

Cinq cents ans avant notre ère, les Chinois l'employaient en cuisine. Quant aux Égyptiens, ils récoltaient tant les feuilles et les tiges que les graines qui servaient d'assaisonnement.

Pendant des siècles, voire des millénaires, le céleri se présentera sous la forme d'un bouquet aux tiges et à la racine peu développées. La plante rappelle le persil et sert, comme lui, d'aromate, étant donné sa saveur prononcée. Le type à grosse racine que l'on connaît aujourd'hui ne sera sélectionné qu'au XVIIIe siècle. Un siècle plus tard, il est commun en Europe. En Amérique du Nord, il n'a été adopté que tout récemment et reste encore relativement ignoré du grand public.

Les graines sont prisées depuis très longtemps en Asie, où on leur attribue des propriétés médicinales. En Occident, on s'en est servi pour préparer le sel de céleri. Cependant, ce condiment populaire est désormais fabriqué avec un extrait de la racine.

Le céleri-rave est un légume à la saveur délicate qui gagnerait à être mieux connu. Cru ou cuit, il est particulièrement apprécié l'hiver, comme tous les légumes racines. Il renferme plusieurs vitamines et minéraux, en particulier de la vitamine K.

Aphrodisiaque, le céleri-rave?

C'est ce qu'affirme ce proverbe du sud de la France : « Si femme connaissait la vertu du céleri sur l'homme, elle en planterait de Paris jusqu'à Rome ». Cela vaut pour la rave !

Et maintenant cuisinons nos céleris !

Envoyez les vôtres à amap.porte@gmail.com
D'autres recettes sur le site Internet

Trempe. Coupez la racine en bâtonnets et blanchissez quelques minutes à la vapeur. Rafraîchissez sous l'eau froide et servez avec d'autres légumes et la sauce de votre choix.

Dans une **soupe paysanne** avec des navets, des poireaux et des pommes de terre. Coupez tous les légumes en dés, faites-les revenir dans de l'huile et faites-les cuire à feu doux jusqu'à ce qu'ils soient tendres. Ajoutez du lait ou du yogourt, et servez en garnissant de fines tranches de fromage gruyère.

Céleri sauce rémoulade. Un classique ! Râpez le céleri-rave et, si désiré, faites-le cuire quelques minutes à la vapeur. Préparez une mayonnaise bien « moutardée » et mélangez intimement avec le céleri-rave. Ajoutez des câpres et des cornichons émincés. Si vous préférez une version moins riche, remplacez la mayonnaise par du yogourt. Servez avec des pommes, des bananes, des noix, des raisins secs, ou des carottes râpées et une vinaigrette au citron.

Salade fraîche. Râpez-le et faites-le cuire une dizaine de minutes à la vapeur. Rafraîchissez sous l'eau froide et égouttez. Servez avec une sauce composée de yogourt, de moutarde, de sel et de poivre. Garnissez de peluches de cresson ou de feuilles d'aneth.

Salade tiède. Coupez la racine en bâtonnets et faites revenir dans du beurre ou de l'huile. Servez avec des noix grillées à sec, de l'oignon émincé et une vinaigrette.

En purée. Faites cuire jusqu'à tendreté des céleris-raves dans de l'eau bouillante salée et additionnée de jus de citron. Entre-temps, faites cuire des pommes de terre avec leur peau dans de l'eau bouillante salée. Épluchez les pommes de terre et pilez ou passez à la moulinette chacun des deux légumes séparément pendant qu'ils sont encore bien chauds. Ajoutez du beurre et du lait bouillant aux pommes de terre et battez la purée. Ajoutez ensuite le céleri-rave. Salez, poivrez et ajoutez, au besoin, un peu de lait bouillant. Si désiré, garnissez la purée d'olives finement hachées et de fromage gruyère râpé et gratinez 15 minutes au four.

Au four. Coupez en quartiers le céleri-rave de même que d'autres légumes-racines. Badigeonnez les quartiers d'huile d'olive à l'aide d'un pinceau. Ajoutez quelques branches de thym, du romarin et de l'ail en chemise, et faites rôtir au four. Salez et poivrez.

En accompagnement. Coupez le céleri-rave en petits cubes que vous ferez revenir dans de l'huile ou du beurre avec du miel, du vinaigre et un peu d'eau dans laquelle on aura mis à tremper du safran. Faites cuire jusqu'à ce que le céleri soit tendre et bien coloré de jaune (de 10 à 15 minutes). Salez, poivrez et servez avec une viande, un poisson ou des fruits de mer.

Gratiné à la dauphinoise. Découpez des pommes de terre et des céleris-raves en rondelles, placez-les dans un plat à gratiner en les alternant. Ajoutez du lait et de la crème, assaisonnez de muscade, sel et poivre et faites cuire au four une heure.



Merci à Katia Uzureau pour l'histoire du céleri et les recettes !!!

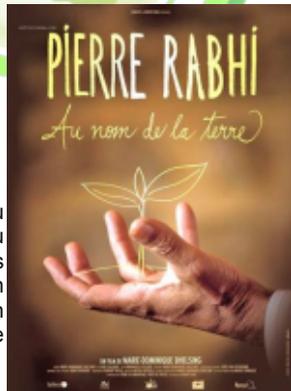
À l'affiche, près de chez nous, proche de nous

Le cinéma FAMILIA, dans le cadre de ses animations, vous propose un Ciné-débat sur le thème de l'Agro-écobiologie :

8 avril 2014 à 20H au cinéma de Beaupréau
« Pierre Rabhi, au nom de la terre » (documentaire 2013)
Tarif unique 4 €

Intervenants :

Pour animer le débat, suite à la projection du documentaire, un membre du collectif "Colibris" a été convié à témoigner pour échanger sur les actions du mouvement entre autre. Philippe Jaunet (Groupement des Agriculteurs Biologiques et Biodynamiques du Maine et Loire), membre de l'association "l'Echappée Verte" qui anime un jardin écologique et des actions d'information et d'échanges sur ces thèmes sur la commune, sera également présent. Le CPIE apportera un éclairage plus global.



Conférence table-ronde

Les enjeux de la brevetabilité du vivant

Vendredi 28 mars 20h30 au Centre Social

Intervenants :
Joseph GALLARD, jardinier passionné - producteur de graines et bénévole à Kokopelli.
Valentin BEAUVAL, ancien agriculteur, agronome, animateur de l'AFA et membre actif de Via Campesina.
Thomas BERNARDI, salarié de l'association PING à Nantes.

Cette soirée a pour but de rendre compte des enjeux, de la bataille menée par les agriculteurs/paysans, pour défendre ce droit ancestral de recueillir ses récoltes, d'utiliser des semences paysannes.

chemillets.com@fr
Centre Social du Chemillois
1 rue de la Culture - 44120 CHEMILLOIS - France
Partenariat : 02 51 92 94 10
02 51 92 94 10 - chemillets.com@fr

Conférence – Table ronde à l'Usine au Centre Social du Chemillois
Vendredi 28 mars à 20h30

Longtemps exclus du domaine d'application des brevets, les organismes vivants, dont les graines, font aujourd'hui l'objet d'obtention de brevet.

Une soirée afin de rendre compte des enjeux de la bataille menée par les agriculteurs/paysans pour défendre ce droit ancestral de ressemer ses récoltes et d'utiliser des semences paysannes. Cette soirée entre culture libre et semences libres de droits sera l'occasion d'inaugurer la première grainothèque du Chemillois.

Intervenants :

Joseph GALLARD, jardinier passionné, producteur de graines et bénévole à Kokopelli.
Valentin BEAUVAL, ancien agriculteur, agronome, animateur de l'AFA et membre actif de Via Campesina.
Thomas BERNARDI, salarié de l'association PING.

À l'affiche, près de chez nous, proche de nous



Pour accompagner l'arrivée du printemps, des événements de découverte des logiciels libres et du Libre en général sont proposés partout en France dans une dynamique conviviale et festive portée par l'April. Le lycée de l'Hyrôme et le Centre Social du Chemillois vous proposent de venir découvrir et partager les avantages de la culture libre, ses valeurs d'entraide, de coopération, de bien commun accessible à tous. Alors, sentez-vous Libres d'entrer sans frapper !

Marché libre, découverte et installation sur vos pc de linux à la place de windows, découverte de logiciels libres, jeux libres, fabrication imprimante 3d et démonstrations, goûter partagé.
De 10h à 12h30 initiation démonstration de logiciels gratuits et libres pour l'éducation + pour les associations.

14h Dans le cadre de la 9ème Semaine pour les alternatives aux pesticides, du 20 au 30 mars,

L'association Alternatives Citoyennes et Fraternelles 49 et ses partenaires le GABBAnjou et Caba Biocoop vous propose une randonnée botanique entre vergers et bocage le samedi 29 mars 2014 à CHEMILLE en marge de « la journée du LIBRE »

Ensemble du programme sur le site internet : <http://libreenfete.csc49.fr>

Assemblée générale de Bioconsom'acteurs pays d'Angers le samedi 12 avril, à Angers

Assemblée générale et intervention de Bruno Couderc, cuisinier bio qui fera part de ses conseils et expériences de cuisinier. Lieu 22 rue du Maine à Angers. Ouvert à tous

Autres manifestations:

Dimanche 6 Avril : Accueil Paysan fête ses 20 ans (randonnée, découverte, animations) - À noter, vous pourrez découvrir la Table de Sylvie RABOUIN (pâtes fraîches).

12 & 13 avril : Vins et compagnie

Deux jours de dégustation, spectacles et découvertes culinaires

Une programmation artistique locale et éclectique, mêlant arts de la rue et musiques actuelles, avec : Prince à dénuder, Cherry Plum, Number Nine, Gazouel, Daria, Garçons s'il vous plait, My Sweet October, Bertha & Miranda, La Fanfare et la Compagnie Jo Bithume, Magic Cooker 13.

25 vigneronns d'Anjou et 5 du Muscadet proposeront leurs vins à la dégustation.

4 cuisiniers angevins concocteront des bons petits plats à l'exemple des gourmets food trucks, avec : Chez Rémi, Le Pois Gourmand, Un brin folk, Autour d'un Cep.