

LE PANIER DE NOUVELLES FRAÎCHES

Janvier 2010 / Semaine n° 6

Nouvelles des champs

L'Agriculture paysanne ...qu'est que c'est ?

Au téléphone ou sur les points de distribution, parfois certains d'entre vous nous demandent : c'est du bio ? Et nous leur répondons que certains paysans de l'association sont certifiés en agriculture biologique mais que tous adhèrent à la charte de l'Agriculture paysanne dont les thématiques sont plus larges et vont au delà de la seule qualité sanitaire des produits.

@ deux pas des champs ne saurait se résumer à une simple démarche commerciale. Pour matérialiser leur engagement, les paysans acceptent de soumettre régulièrement leur ferme à des diagnostics d'exploitation « Charte Agriculture Paysanne », réalisés par l'ARDEAR Rhône-Alpes: le but de ces diagnostics est d'évaluer l'avancement effectif de l'exploitation dans la démarche d'Agriculture Paysanne, dont cette charte est directement inspirée. La labellisation des produits certifiés « Agriculture Biologique » est visible sur le site @deuxpasdeschamps.com. L'AB, qui interdit l'utilisation de produits phytosanitaires ou fertilisants de synthèse et limite les traitements sur les animaux, peut-être considérée comme l'aboutissement de certains aspects de la démarche d'Agriculture Paysanne. Mais cette dernière est un concept plus global, que l'Agriculture Biologique ne saurait remplacer.

Les six thèmes sur lesquels porte la démarche de l'agriculture paysanne sont : **L'autonomie des fermes, la répartition sur un territoire, la transmissibilité des exploitations, le développement local, l'autonomie, la qualité des produits, le travail avec la nature.**

Nous les évoquerons succinctement ici mais si vous voulez en savoir plus voici le lien du site de la FADEAR fédération nationale des associations oeuvrant pour le développement de l'emploi agricole et rural :

<http://www.fadear.org/>

Paniers de légumes : compositions provisoires

Petits variés : 1kg de courge butternut, 1 chou vert, 500g de panais, 700g de pommes de terre, 1 botte de persil, 1 chicorée verte.

Grands variés : 1,5kg de courge butternut, 2 choux vert, 900g de panais, 1kg de pommes de terre, 1 botte de persil, 1 chicorée verte

Paniers simples : 1,5kg de courge butternut, 900g de panais, 900g de pommes de terre, 1 chicorée verte.

Et comme d'habitude, le **panier d'échange** sera là pour adapter les paniers au goût de chacun !

Les chiffres de la semaine

156 paniers et un panier moyen en hausse !

Au delà des paniers de Noël auxquels vous avez réservé un beau succès pour vos cadeaux, vous êtes de plus en plus nombreux à remplir vos paniers de légumes mais aussi de fruits, d'oeufs, de laitages, de confitures... bref de tous les produits alimentaires de base qui viennent de nos fermes. Vous y ajoutez parfois des bouteilles de vin, des savons. Nous vous remercions de votre confiance qui nous permet peu à peu de stabiliser notre association et de mettre en oeuvre nos projets !

Idée recette Poêlée de panais

Ingrédients (2 pers) :

6 petits panais
1 noix de beurre
quelques feuilles de persil
1 c.à.s d'huile de noix
2 c.à.s de soja cuissine
4 gouttes de tamari (sauce soja)

Préparation :

Bien laver les panais, les brosser vigoureusement sous l'eau ou les éplucher (selon les goûts). Les détailler en tranches fines (+/- 2 mm), y compris le bout effilé de la racine.

Mettre un noix de beurre et une cuillère à soupe d'eau (voire deux si les panais vous paraissent secs) dans une poêle, y mettre les tranches de panais et quelques feuilles de persil, saler et poivrer légèrement (il ne faut pas cacher le goût légèrement sucré que vont prendre les panais) et faire cuire à feu doux à couvert.

Quand les panais ont pris une jolie couleur noisette, ajouter une cuillère à soupe d'huile de noix ajouter 1 cuillère à soupe de soja cuissine (ou + si affinités, mais il ne faut juste enrober "généreusement" les tranches de panais, sans les noyer).

Mélanger pendant 20 secondes, puis ajouter 3 ou 4 gouttes (pas plus !!!) de tamari (sauce soja). Remuer encore 20 secondes, ARRETEZ TOUT et A TABLE. Ca prend un petit goût de patate douce caramélisée, mmmmmmmhhhhhhh...

Régalez-vous !

Partagez nous vos commentaires et recettes !

Écrivez nous sur

contact@adeuxpasdeschamps

