

# L'écho des Jardins



n°11 - 4<sup>ème</sup> trimestre 2015

## Le mot du président

Après un été assez mouvementé, (vous pourrez lire nos mésaventures dans l'article la vie des jardins comme vous en avez l'habitude), l'automne s'est installé assez brusquement sur les jardins et la période hivernale se prépare peu à peu. C'est pour nous la période creuse qui permet de faire le point sur la saison passée, faire es projets pour la saison à venir et pour nos jardiniers en herbe, le moment de partir en formation.

Comme de coutume, je leur laisse la plume pour vous conter leurs aventures...

Julien BIAGI - Président de l'association

## Repas partagé

De temps en temps, aux jardins, nous organisons un petit moment festif entre salariés. L'arrivée de nouveaux salariés est un moment propice à ce genre de convivialité. Un moment privilégié pour apprendre à se connaître.



Cette fois-ci, nous avons organisé un petit barbecue et avons mangé sur notre très agréable site, à la fraîcheur des arbres du parc. Au cours de ce bon repas, où nous avons découvert quelques talents culinaires et recettes de famille, les discussions et rigolades étaient

de la partie. Difficile de reprendre le chemin du champ pour terminer la journée de travail qui avait commencé bien tôt ce jour là !



Les Jardins de Labastide Saint Pierre

Association les jardins de las planes - 1460 chemin de Lauzard - 82370 Labastide Saint Pierre

Tél : 06.18.27.13.19 - email : lesjardinslsp@hotmail.fr

Association soutenue par :



## La vie des jardins



Comme le disait le président en début de gazette, l'été n'a pas été de tout repos aux jardins de Labastide St Pierre, au grand désespoir des salariés...

Pour une meilleure conservation, les légumes se récoltent à la fraîcheur. Nous avons donc pour habitude de récolter les légumes le matin, dès l'arrivée des salariés qui, l'été, modifient leurs horaires de travail pour se prémunir de la chaleur. Lorsqu'il fait très chaud, les légumes poussent vite, et parfois, à 14h au moment du départ, on peut déjà repérer les légumes qui seront prêts à récolter le lendemain, bénéficiant de tout l'après-midi pour pousser encore un peu.

Fin juin déjà, nous remarquons le matin que des légumes vus la veille n'étaient plus au rendez-vous ! Rien de bien surprenant, nous sommes loin d'être les seules victimes de vols de légumes à même le champ. Tous les maraichers vous le diront, c'est monnaie courante. Donc pas d'inquiétude particulière, des personnes n'ont pas les moyens de se payer des légumes, ils viennent se servir, ce n'est pas normal, mais cela reste dans l'ordre du raisonnable !

Par contre, les choses se sont accélérées début juillet avec **un vol systématique de tous les légumes** sur pied. Ainsi, à notre départ, nous pouvions voir des aubergines, des concombres, des melons, qui seraient prêts à être récoltés le lendemain, et en arrivant, plus rien, plus un légume sur les pieds. Les voleurs ont d'ailleurs eu une préférence très marquée pour les aubergines, les haricots verts, les melons, et les concombres, des légumes qui se revendent bien et qui ont un prix de vente assez élevé. Outre le fait que ces vols ont eu un impact certain sur le moral des troupes, il a aussi eu un impact sur la composition de vos paniers qu'il fallait sans cesse remanier et adapter en fonction de ce qu'il restait. Vous avez certainement remarqué cet été dans vos paniers des légumes qui manquaient un peu de maturité, ou qui avait une petite taille. Nous avons essayé de récolter nos légumes avant eux au détriment de la qualité !

Nous avons décidé de ne pas nous laisser faire et avons donc porté plainte. L'enquête de police, qui n'a pas complètement abouti encore à ce jour, a permis l'identification d'une personne qui est passée au tribunal. Nous savons que cette personne n'agissait pas seule et attendons donc de voir si l'enquête permettra d'attraper les autres personnes. En plus des vols, pour passer sans trop se faire voir, ils ont écrasé des cultures en place qui ont moins bien poussées... Mais toutes ces histoires semblent être derrière nous maintenant, nous ne remarquons plus de vols sur nos légumes depuis quelques temps.



Mais comme une mauvaise nouvelle n'arrive pas seule, **la tempête de la fin du mois d'août** ne nous a pas non plus épargnée ! Les serres ont tenu le coup, et nous en sommes très heureux. Pas très loin de nos jardins, des agriculteurs ont tout perdu. Par contre, certaines cultures n'ont pas supporté les vents violents et ont dû être remplacées. Mais c'est sans compter sur la motivation de notre équipe de jardiniers, et l'arrivée des nouveaux salariés, pour préparer la terre à nouveau et semer de nouveaux plants pour vous offrir de beaux légumes malgré tout.

**Les nouveaux salariés, parlons-en !** Comme chaque trimestre, nous avons notre lot de départs et d'arrivées ! Berthe, Ludovic, Valentin, Martial et Mohamed nous ont quittés. Berthe et Mohamed poursuivent leur parcours dans l'agriculture, tandis que Valentin a débuté une formation pour s'installer à son compte d'ici un an en tant que maraicher. Martial quant à lui poursuit son rêve de travailler dans les

espaces verts et je vous invite à le retrouver en dernière page de cette gazette pour vous présenter sa nouvelle activité. Mais qui dit départs dit donc arrivées et c'est avec un grand plaisir que nous avons accueilli Philippe, Pierre, Ingrid, Chantal et Julie ! Vous l'aurez remarqué, l'équipe se féminise un peu !

En septembre, il était temps pour Léopold, notre chef de culture, de préparer la nouvelle saison de maraichage et donc **le fameux plan de culture**. Un peu de fil à retordre pour lui cette année car il a



voulu à la fois ajouter sa touche personnelle au plan de culture que Raphael lui avait laissé en partant, mais aussi, il a dû intégrer, suite à la tempête, de nouvelles cultures pour tenter d'avoir une récolte uniforme tout l'hiver et remplir vos paniers avec le plus de variété possible.

L'automne s'installe peu à peu, les légumes de garde vont être prochainement récoltés dans leur totalité ! Les terres seront travaillées et préparées pour accueillir dès les beaux jours les cultures de printemps.

## Pourquoi manger des fruits et légumes de saison et locaux ?

Certains diront que c'est un phénomène de mode, d'autres que c'est parce que c'est bon pour la santé .... Consommer des fruits et légumes de saison, issus de l'agriculture biologique, et produits localement est bon pour la santé, mais aussi pour l'environnement. Mais pourquoi ?



Tout d'abord, **ils ont plus de goût**. Les fruits et légumes qui arrivent à maturité au soleil développent des saveurs que ceux mûrissant pendant le transport ne peuvent avoir. Donc plus ils viennent d'un pays lointain, plus ils sont cueillis trop tôt et n'auront pas de goût, et bien sûr plus ils consommeront du carburant.

Ensuite, comme la nature est bien faite, les fruits et légumes de saison **répondent au bon moment à nos besoins nutritionnels**. En hiver, avec le froid et le manque de soleil, notre corps réclame plus de nutriments et notre système immunitaire a besoin d'un petit coup de fouet : tant mieux, c'est la saison des légumes riches en minéraux et des agrumes pleins de vitamine C. En été, avec la chaleur, notre organisme dépense moins de calories mais demande plus d'eau : tous les fruits et légumes de la saison en sont gorgés : melon, salade, tomate, courgette, fruits rouges, etc. !

**Les fruits et légumes bio sont plus riches en antioxydants**. Les antioxydants sont des molécules qui protègent les cellules de notre corps des agressions qu'elles subissent tous les jours (pollution, tabagisme, UV, etc.), et permettent donc de prévenir l'apparition de certaines maladies et de rester jeune plus longtemps. Les végétaux en produisent comme mécanisme de défense essentiellement lorsqu'ils sont exposés au soleil et aux agressions externes et qu'ils doivent se défendre seul, sans pesticide. Raison pour laquelle les fruits et légumes bio contiennent un peu plus d'antioxydants que les autres. Une remarque : la peau est très riche en antioxydants et autres vitamines et fibres, alors conservez-la au maximum.



Non négligeable pour nos porte-monnaie, **les produits de saison sont moins chers**. Les produits de saison et locaux demandent bien sûr moins de transports et pas de taxe d'importation, ce qui se répercute sur le prix.

En résumé, moins de pesticides, moins de carburant utilisé...Que du bon pour l'environnement et pour vous ! Donc fuyez les fruits et légumes importés et traités et favorisez les produits locaux, bio et de saison !

## A l'honneur ce trimestre : la pomme de terre



Introduite d'abord en Espagne sous le nom de "patata", elle se diffuse timidement vers l'Italie et les états pontificaux qui la prénomme "taratouffli" (petite truffe), puis vers le sud de la France et l'Allemagne. Elle est longtemps boudée en France et réservée uniquement à l'alimentation des animaux.

C'est Antoine Auguste Parmentier qui va plébisciter la pomme de terre et participer au développement de ce tubercule dans toute la France.

Pendant longtemps, les pommes de terre n'ont été mangées que bouillies ou rôties. Ce n'est qu'au 19<sup>ème</sup> siècle que la pomme de terre se répand partout en Europe et est cuisinée de différentes manières, utilisant les centaines de variétés de pommes de terre qui existent.

Il faut bien choisir sa pomme de terre en fonction de l'utilisation que l'on veut en faire. Chaque variété a ses spécificités et ses aptitudes culinaires. Les pommes de terre à chair ferme sont recommandées pour les cuissons à la vapeur et à l'eau. Les pommes de terre à chair fondante sont préconisées pour les cuissons au four. Pour des fritures, préférez les pommes de terre à chair farineuses.

La pomme de terre est intéressante sur le plan nutritionnel puisqu'elle contient de l'eau, des glucides complexes, des vitamines, des minéraux, des protéines végétales et des fibres.



### Tartine de pommes de terre au chèvre chaud

400 g de pommes de terre pour cuisson vapeur  
4 crottins de chèvre            1 branche de thym  
1 c à s d'huile d'olive



Plongez les pommes de terre dans une casserole d'eau froide salée (parfumez selon le goût d'un oignon grossièrement coupé et d'une feuille de laurier). Démarrez

la cuisson à froid, portez à ébullition et laissez cuire environ 20 min.

Taillez les pommes de terre en 3 belles tranches.

Coupez les crottins en 3 tranches également.

Répartissez les tranches de pomme de terre sur la plaque de cuisson du four garnie d'un papier sulfurisé. Posez ensuite les tranches de chèvre sur les pommes de terre.

Agrémentez d'un filet d'huile d'olive et de quelques brins de thym.

Passez sous le gril du four environ 5 min.

Servez bien chaud accompagné d'une salade verte ou d'une salade de mâche.

### Velouté de pommes de terre et persil

2 bouquets de persil plat  
200 g de pomme de terre à purée  
50 cl de bouillon de légumes  
1 c à s de crème fraîche  
Sel et poivre du moulin

Épluchez et coupez en petits cubes les pommes de terre. Plongez dans le bouillon bouillonnant. Faites cuire 5 à 8 minutes à gros bouillons.

Lavez le persil et coupez les queues des tiges. Hors du feu, déposez le persil dans le bouillon très chaud. Laissez infuser quelques minutes.

Retirez les pommes de terre et le persil à l'aide d'une écumoire et déposez-les dans le bol d'un mixeur.

Versez un peu de bouillon et mixez jusqu'à l'obtention de la consistance souhaitée.

Assaisonnez selon votre goût et ajoutez une cuillerée de crème fraîche.

Faites également infuser des feuilles de menthe dans le bouillon chaud !

## LES NOUVELLES DES JARDINS

### Les jardins cherchent toujours un terrain d'accueil ...

Pour ne pas changer, comme dans chaque écho des jardins depuis quelques temps, nous vous rappelons que nous cherchons toujours un terrain d'accueil dans le cadre de notre déménagement de la structure.

L'association a besoin d'un terrain de **5 hectares** minimum, irrigable, et propice à la culture maraichère.

Si vous connaissez un terrain qui pourrait correspondre, n'hésitez pas à nous faire part de l'information à [lesjardinslsp@hotmail.fr](mailto:lesjardinslsp@hotmail.fr) ou par téléphone au 06.18.27.13.19

### Parrainage

Pour cette fin d'année, nous lançons une nouvelle campagne de parrainage.

Pour tout abonnement aux paniers de légumes bio, le parrain et le filleul bénéficierons



d'un panier de

**légumes bio gratuit** (après l'achat de 4 paniers de légumes bio par le filleul).

Pour en bénéficier, pensez à dire à votre filleul d'inscrire sur son bulletin d'adhésion votre nom.

### Forums et salons

Comme chaque année, retrouvez nous au forum de l'économie sociale et solidaire de Toulouse et au SISQA, le salon de la qualité alimentaire toujours à Toulouse. Nous serons ravis de vous retrouver sur notre stand que nous partageons avec les autres jardins de cocagne de Midi Pyrénées.

### Idée cadeau !!!!

Un cadeau original et utile pour Noël ?

**Offrez des bons cadeaux** pour des paniers de légumes ou des bons d'achats pour notre site internet, ou pourquoi pas un abonnement à des paniers de légumes bio ?

Un cadeau bio, solidaire et qui fera plaisir à votre entourage et qui vous fera terminer l'année

### Assemblée générale

Suite à une obligation légale, l'association doit prendre un commissaire aux comptes à compter de l'exercice 2015. Celui-ci doit être nommé par l'assemblée générale. Une assemblée générale est donc organisée le mardi 17 novembre à 9h dans les locaux de l'association, 1460 chemin de Lauzard à Labastide St Pierre. L'ordre du jour sera le suivant :

- Nomination des commissaires aux comptes
- Pouvoirs en vue des formalités
- Questions diverses.

Cette publication tient lieu de convocation.

### Fermeture des jardins

Comme l'an dernier, les jardins fermeront leurs portes entre le 25 décembre et le 1er janvier. Il n'y aura donc **pas de livraison de paniers** pendant cette période. La dernière livraison aura donc lieu le 24 décembre et nous reprendrons début 2016 avec la livraison du 5 janvier.

Toute l'équipe des jardiniers prendra des vacances bien méritées, les permanents se relayeront pour assurer les arrosages, surveillance des cultures et autres petits travaux de jardinage !!!!

Pensez également à nous informer de **vos suspensions de paniers** pour les vacances de Toussaint et de Fin d'année en nous adressant un email à [communication.lesjardinslsp@hotmail.fr](mailto:communication.lesjardinslsp@hotmail.fr) ou par téléphone.

## De nos jardins à vos jardins : Martial, un magnifique parcours !



Martial, c'est la force tranquille des jardins de Labastide St Pierre. Arrivé il y a deux ans dans notre structure, Martial a été un très bon élément tout au long de son parcours, bien rempli !

En arrivant aux jardins, Martial était sûr d'une chose : il voulait travailler à l'extérieur, au plus près de la nature. Après plusieurs périodes de mises en situation professionnelle (les fameux stages !), il s'est orienté vers les espaces verts et à suivi plusieurs formations dans ce domaine.

Aujourd'hui, Martial se lance dans l'entretien des jardins et espaces verts des particuliers. Tonte, taille, plantations ... tout est envisageable !  
Même si nous allons regretter sa présence aux jardins, que ce soit pour la qualité de son travail, sa bonne humeur, sa sagesse, nous sommes heureux de l'accompagner dans sa nouvelle activité.

Si vous avez des travaux de jardinage ou d'entretien des espaces verts à lui confier, n'hésitez pas à le contacter. Il accepte les chèques emploi service universels des particuliers.

Nous souhaitons longue vie à cette petite entreprise qui démarre et qui a déjà un vif succès auprès de ses premiers clients !

Vous pouvez le joindre au 06.38.63.74.96 ou par email à [martial.jouglet@hotmail.fr](mailto:martial.jouglet@hotmail.fr)

Retrouvez le prochain numéro de l'écho des jardins en janvier 2016.