

AMAP

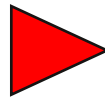


DU CRAPAUD SONNEUR

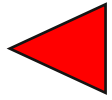
JOURNAL

coâ de neuf?

Mai 2017



**Visite des champs!
Le samedi 26 Août 2017**



Rendez vous à Lagney à 17H

Au programme, visite des champs et des vergers, suivi d'un barbecue. L'occasion de faire découvrir vos salades et vos desserts !



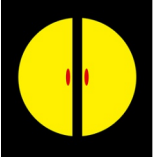
L'été en préparation!

infos des champs :

Lors du dernier comité de l'Amap, Pascal (producteur fruits) et Fix (producteur légumes) nous ont fait part des dégâts occasionnés par le gel. En effet en ce qui concerne les fruits, les dégâts sont dramatiques. Il n'y a plus ni fraises, ni cerises, ni cassis, ni caseilles, et près de 60% de pertes sur les groseilles.

Pour les légumes, les salades et les tomates précoces ont gelé, les courgettes ont souffert, et Fix a dû semer à nouveau les concombres. Le bilan est négatif mais pas grave.

Dans ces conditions, Pascal ne proposera pas de contrats fruit cette année, s'il reste des mirabelles, Il proposera alors un contrat ponctuel, réfléchi en comité.



Producteur fruits : Pascal Chenot

Référent fruits : Vivianne Barrois



Producteur légumes : Fix Houillon



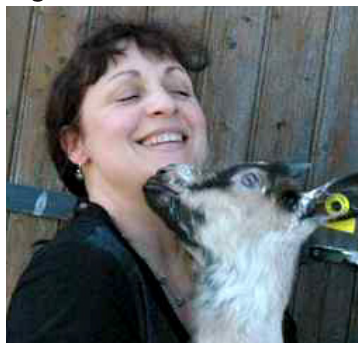
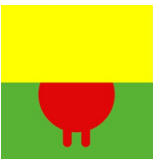
Référent légumes:
Olivier Grosse



Producteurs pain : Maryse Mailfert et
Vincent Cocagne



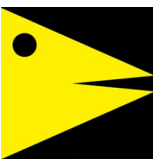
Référents pain :
Amine Boumaza et Julie Jouvenot



Productrice fromage : Hélène Lebas



Référents chèvre :
Eric Perry et Carole Commun



Productrice volaille : Anne Ney



Référents volailles :
Claire Bourgeois et Anne Mrowicky



Relations extérieures :
Pierre Reboud et Valérie Bourgeois



Trésorerie :
Céline L'Huillier



Coordination :
Sabine Georges



Livraison :
Angélique Moutenet et Cécile Ximènes



Adhésion :
Florence Daudet et Anne Laure Colin



Informatique et journal :
Pierre Edouard Bour , Clémence Gueib et Anne Charlotte Mancini

Et pourquoi pas du vin ?

Lors de la réunion de comité d'avril, nous avons reçu la visite de Jan Tailler, vigneron à Bulligny (vignes AOC sur Domgermain, Brûley et Bulligny).

Il nous a présenté son projet et nous a parlé de la possibilité de mettre en place une AMAP vin. Il s'est installé grâce au Groupement Foncier Agricole (financement participatif), et a effectué sa première vinification en 2015. Il travaille en biodynamique et manuellement, sur des cépages pinot noir, pinot gris et gamay.

Affaire à suivre, mais dans l'immédiat, nous recherchons un ou des volontaire(s) pour l'accompagner dans ses démarches. Les candidats référents-vin sont invités à le contacter à : arbrévike@gmx.fr



NE JETEZ PLUS VOS FANES!

- Remplacez les épinards par des fanes de betteraves!

Cette verdure riche en fer et en fibres, se cuisine comme les épinards (de préférence à la vapeur). Après les avoir nettoyées avec soin, hâchez les tiges en petits morceaux et assaisonnez avec de l'ail et de l'huile d'olive.

- L'inimitable soupe de fanes de radis!

Les fanes de radis sont riches en acide folique, en potassium, et contiennent six fois plus de vitamine C que les radis eux-mêmes. Les fanes ont une saveur proche de la noisette.

- Pistou de fanes de carottes!

Les feuilles de carottes sont riches en potassium, ce qui leur donne un goût amer. Elles sont également riches en magnésium. Vous pouvez remplacer le classique basilic du pistou à la génoise par des feuilles de carottes, et les pignons par des noix de Grenoble.

- Recette de Cécile : Soupe aux herbes

Quelques pommes de terre + le vert qu'on a sous la main au choix : fanes de radis, de navets, de carottes, feuilles d'épinards ou de bettes, du vert de poireau, des feuilles de salade, sommités d'ortie,

sel, poivre, crème

Faire cuire les pommes de terre coupées en morceaux à l'eau salée comme pour une soupe (pas trop de pommes de terre : ce n'est pas une purée, mais chacun fait à son goût).

Passer au moulin à légumes. Ajouter toutes les herbes hachées et donner un bouillon.

(on peut aussi tout mixer d'un coup à la fin).

Servir avec un peu de crème.

Vous souhaitez partager une info, un bon plan, ou bien encore une recette? n'hésitez pas à nous joindre à journal@crapaudsonneur.lautre.net . Nous nous ferons un plaisir de faire paraître vos articles!

Retrouvez toutes les actualités de l'AMAP du crapaud sonneur sur notre site www.crapaudsonneur.lautre.net