

Vendredi 13 novembre 2015

Semaine 46



La Feuille de Chou

### Edito

Chères Adhérentes, Chers Adhérents,

Les circuits courts

- Ginette, vient on va faire les courses, s'écria Gaston.

Plantons tout d'abord le décor. Ginette et Gaston sont 2 personnes mariées, très agréables et ayant déjà vécu quelques printemps.

Nos deux comparses prirent leur vieille Renault 6 et sillonnèrent la campagne pour se rendre au supermarché du secteur.

Les produits s'accumulaient dans le chariot de Ginette et Gaston. Fruits et légumes, viandes, et toutes autres sortes de victuailles avaient la part belle dans ce caddie. Chemin faisant, les deux amoureux, finirent leurs courses et rentrèrent tranquillement dans leur chaumière où leur chien Patapouf les attendait avec impatience.

Le soir même, Ginette préparait tranquillement le repas pendant que Gaston, lui, regardait paisiblement la télévision hors d'âge dans le canapé en compagnie de Patapouf.

- Chérie, viens vite, le journal de Jean-Pierre Penaud va commencer !

- D'accord, j'arrive, répondit Ginette qui lâcha légumes et couteau pour venir s'installer auprès de son mari.

Nos deux amis contemplaient le tube cathodique avec beaucoup d'attention lorsque Jean-Pierre Penaud annonça :

- Information exclusive ! Nous venons de l'apprendre. Des légumes venant de différents pays du Monde tel que le Braise-île, Les Spanes, le Madroc et bien d'autres encore, ont été contaminés par une bactérie. Les légumes sont impropres à la consommation. Plus d'informations demain dans votre journal.

Ginette et Gaston étaient abasourdis par cette nouvelle. Ginette sous le choc se précipita dans la cuisine et alla voir les sachets des légumes qu'elle venait d'acheter. Avec horreur, elle crut vivre l'enfer. Tous les fruits et légumes qu'elle avait payés si peu chers chez Liper Drisse étaient concernés par cette scandaleuse affaire de bactérie.

-GASTON vient vite, c'est un drame !! hurla Ginette à bout de souffle.

-Oui ma Nénette j'arrive !!

-Tous les légumes sont bons à jeter. Qu'allons-nous faire ?!?!?!?

-Ne t'inquiète pas. Demain nous irons faire le marché dans le village.

-Mais peut-on avoir confiance ? se demanda Ginette

-Nous ne sommes pas dans un des pays incriminés par cette affaire alors je pense que

oui.

Ginette resta dubitative, à l'annonce de son mari.

Le lendemain, notre couple prit la direction du marché, à pied. Arrivés devant l'étal de fruits et légumes, Ginette dit à Gaston :

- Regarde les prix, c'est plus cher que chez Liper Drisse.

- Oui mais nous n'avons pas trop le choix je crois...

Le maraîcher entendit la discussion et prit la parole :

- Oui, effectivement, nous sommes un peu plus chers, mais par contre la qualité est présente. Nous n'avons pas cette maudite bactérie qui peut rendre malade un bœuf

..../...

### Votre panier

Pour un panier

0.8 kg Blettes

1 kg Epinards

1 kg Navets boule d'or

0.25 kg Aulx

1 Chicorée scarole

1 Bouquet de persil

### La Recette de la semaine

#### BLETTES AU CITRON

Préparation: 20 mn. Cuisson: 20 mn.

#### Ingrédient :

1 botte de blettes,

1 citron,

5 c à soupe d'huile d'olive,

1 gousse d'ail,

Sel, poivre.

#### Préparation :

Retirez le vert des blettes et faites-les tremper dans l'eau froide. Pelez les côtes à l'aide d'un économiste pour enlever tous les fils. Découpez-les en petits tronçons lavez-les rapidement et faites-les cuire à l'eau bouillante salée pendant 20 mn. Egouttez-les et réservez. Essorez les feuilles des blettes et découpez-les en lanières. Pelez l'ail et pressez-le. Dans une cocotte, faites chauffer 2 c à soupe d'huile d'olive. Mettez-y le vert de blettes, ajoutez l'ail pressé, salez et poivrez, laissez fondre à feu doux pendant 5 mn environ, puis ajoutez les côtes déjà cuites. Couvrez et laissez mijoter 10 mn à feu doux. Laissez refroidir et, au moment de déguster pressez le jus du citron et mélangez-le aux 3 cuillerées à soupe d'huile d'olive restantes. Arrosez avec le mélange jus de citron-huile d'olive, vérifiez l'assaisonnement en sel et poivre. Préparé la veille, ce plat sera meilleur.



**Rappel : pas de livraison s47 (semaine « flottante » prévue au contrat)**  
**Prévisions légumes quinzaine prochaine**  
Courge, chou pet saï, ail



.../...

Gaston hoché la tête en signe d'acceptation mais ne prononça mot. Le commerçant reprit :

- Et au moins nos légumes ne font pas 3000 Kms avant d'atterrir dans votre assiette. Et ça pour l'emprunte carbone, c'est mieux.

Et vous, vous êtes venus comment ?? demanda le commerçant.

- A pied, pourquoi ? répondit Gaston
- Parce que vous aussi, vous utilisez moins de pétrole, donc vous aidez à protéger la planète.
- Vous avez totalement raison, osa Ginette dans un élan d'enthousiasme.

Finalement Gaston et Ginette achetèrent la totalité de leurs légumes au maraîcher.

Cette petite histoire nous montre l'alternative aux supermarchés et à leurs filières. Les circuits courts peuvent-être une solution à plusieurs problèmes. Bien que légèrement plus chers, car les coûts de production ne sont pas aussi bas que dans certains pays, les fruits et légumes présentent une qualité gustative supérieure. La mondialisation a plusieurs effets pervers sur notre alimentation. Tout d'abord, le transport sur des milliers de kilomètres des marchandises implique l'utilisation d'énergie fossile et donc le rejet de gaz à effet de serre. Mais on peut également parler de sécurité sanitaire car à cause des transports intercontinentaux, des maladies telles qu'Ebola ou la grippe aviaire peuvent se répandre beaucoup plus facilement.

Grâce à l'agriculture alimentaire territorialisée, on fait également vivre l'économie locale. Il y a moins d'intermédiaires entre le producteur et le consommateur ce qui fait que le producteur peut gagner plus sur ses produits. En effet, il subit moins les marges des grands distributeurs.

Soyons donc fiers. Terre Solidaire participe à l'effort collectif pour le bien de notre planète.

Pour terminer, il est utile de préciser que l'on parle de circuits courts lorsque les produits consommés ont été produits à moins de 150 km (déf INRA et ADEME). Lorsque la distance est moindre, ce qui est le cas dans les Jardins de Cocagne comme Terre Solidaire, on parle désormais de **système alimentaire territorialisé**.

Et parce qu'il est nécessaire d'écrire en tenant compte des avantages et des inconvénients de ce que l'on énonce, il me semble important d'ajouter une notion qui pourrait nous faire réfléchir. L'ADEME (agence de l'environnement) a fait une étude démontrant que si dans le cadre des circuits courts, les produits parcourent une distance plus faible, les consommations d'énergie et les émissions de gaz à effet de serre ne sont pas, pour autant, systématiquement plus faibles. Ramenées au kilogramme de produit transporté, elles peuvent parfois même être plus élevées. En effet, les émissions par kilomètre parcouru et par tonne transportée sont environ 10 fois plus faibles pour un poids lourd de 32 tonnes et 100 fois plus faibles pour un cargo transocéanique que pour une camionnette de moins de 3,5 tonnes car ils permettent de parcourir de plus grandes distances à impact gaz à effet de serre équivalent.

Véronique, Coordinatrice

**Attention important : l'enveloppe du renouvellement de contrat est dans votre panier (sauf pour le dépôt de Challes les Eaux, envoi différé dans 15 jours).**

Pour les adhérents fruits  
Les pommes ont des traces de calcaire, il suffit de les laver avant de les consommer !  
Nous livrons des noix, elles proviennent de l'exploitation de Gérard Saudino à Laissaud.  
Nous « gromailons » pour lui, c'est-à-dire qu'une petite équipe de jardiniers, sépare les coquilles des cerneaux, pour permettre d'en extraire une bonne huile de noix.  
C'est un travail qui peut se faire à l'abri l'hiver.



Emma, Isabelle et Virginie gromailent ...

