



# La Feuille de Chou

## Edito

Chères Adhérentes, Chers Adhérents,

Comme annoncé dans la feuille de chou de la semaine dernière, nous allons continuer à vous donner des informations comparatives du fonctionnement des Jardins du Réseau Cocagne.

Cette semaine, l'accent est mis sur la fidélisation des adhérents.

Ce sujet tient vraiment à cœur à l'ensemble des salariés et des bénévoles puisque ce sont les adhérents qui achètent des paniers et permettent ainsi d'offrir des emplois.

En moyenne, un Jardin du Réseau Cocagne compte 200 adhérents. Terre Solidaire est dans cette moyenne. En effet, au 30 juin, 206 adhérents consomment des légumes bio produits à Planaise.

C'est bien mais pas suffisant. N'hésitez pas à en parler autour de vous. Nous avons encore des places. Pour le bon équilibre, 240 adhésions seraient l'idéal.

103 Jardins en France sur le même type de fonctionnement qu'à Terre Solidaire. Cela représente 19 300 adhérents. Impressionnant.

6 %	17 %	17 %	17 %	14 %	13 %	7 %	9 %
des Jardins ont moins de 50 adhérents	des Jardins ont entre 50 et 100 adhérents	des Jardins ont entre 100 et 150 adhérents	des Jardins ont entre 150 et 200 adhérents	des Jardins ont entre 200 et 250 adhérents	des Jardins ont entre 250 et 300 adhérents	des Jardins ont entre 300 et 350 adhérents	des Jardins ont plus de 350 adhérents

Le renouvellement des adhésions :

Les principales raisons pour expliquer un non-renouvellement ne concernent pas l'offre commerciale. 23 % des adhérents quittent un Jardin de Cocagne car ils déménagent. Marie-Claude, lors de l'Assemblée Générale, a donné les mêmes raisons pour Terre Solidaire.

Les deux explications suivantes, au niveau de l'ensemble des Jardins de Cocagne, sont les changements de composition de la famille et les difficultés financières. Les adhérents quittant Terre Solidaire donnent les mêmes raisons.

Si, sur ces critères, Terre Solidaire est dans la moyenne des autres Jardins du Réseau, il est un point sur lequel nous nous différencions. Et, COCORICO, c'est un critère important, primordial.

En effet, en France 15 % des adhérents ne renouvellent pas car la qualité des légumes du panier est insatisfaisante.

A Terre Solidaire, nous sommes fiers de pouvoir dire que qualité et quantité de légumes sont excellentes. Les paniers sont richement composés et les légumes qui sortent de terre sont beaux.

Vous pouvez communiquer dans ce sens autour de vous. N'oubliez pas que pour chaque nouvel adhérent que vous conduirez à déguster les légumes de Terre Solidaire, vous aurez un cadeau parrainage : 2 paniers de légumes supplémentaires.

Passez une agréable semaine.

Véronique, Directrice

## Votre panier

Pour un panier

1 kg Pommes de terre

0.5 kg Carottes fanes

0.5 kg Oignons blancs

1 Persil

Selon dépôt :

1 kg Courgettes ou tomates

1 Concombre

Déclassé selon dépôt :

Chou lisse ou pointu ou chou rave

Pensez à laver vos légumes à l'eau du robinet. avant de les consommer.

## La Recette de la semaine

### Galettes de carottes et pommes de terre

300 g de carotte  
300 g de pomme de terre  
1 oignon émincé  
Sel, poivre  
50 g de beurre  
150 mls de lait  
2 oeufs  
50 g de gruyère râpé

Prép. : 20 min Cuisson : 30 min

Epluchez les carottes et les pommes de terre.

Lavez-les, séchez-les et râpez-les.

Dans une poêle de grand diamètre, faites chauffer le beurre et versez-y les légumes, l'oignon émincé, salez et poivrez.

Laissez cuire doucement 15 mn en remuant de temps en temps.

Dans un saladier, mélanger le lait, les œufs et le gruyère râpé.

Versez sur les légumes et laissez cuire à feu doux 15 mn environ.

Glissez la galette sur le plat de service et servez-la chaude.

Pour éviter que la galette colle pendant la cuisson, rincez les pommes de terre râpées, dans une passoire, essuyez-les soigneusement dans du papier absorbant et mêlez-les au reste des ingrédients.



## Prévisions légumes semaine prochaine

Ail  
Aubergines  
Pommes de terre



## Coin des Maraîchers

La production des premières courgettes baisse. Les tomates sous serre sont bien chargées de fruits verts. C'est un signe qui ne trompe pas pour un maraîcher : il est temps de s'atteler à la deuxième partie de la saison.

C'est à cette fin que nous récoltons les pommes de terre nouvelles car, dans notre assolement, ce sont les rutabagas qui vont être plantés à leur place.

Contrairement à l'année dernière, nous avons du paillage plastique blanc. Il permet de renvoyer la lumière et la chaleur : cela évite les risques de brûlures des plants. Nous allons également mettre de l'anti-limace (biologique bien évidemment) pour les protéger.

Le rutabaga est un légume oublié. Il fait partie du fond de nos paniers hivernaux, donc, nous devons le réussir... d'autant que son complice **le panais** n'a pas réussi à naître cette année.

J'entends déjà les soupirs de soulagement, mais, sachez que cette racine hivernale a été à la base de l'alimentation en France Métropolitaine avant d'être détrônée par la pomme de terre qui est arrivée après la découverte de l'Amérique. Il fait donc parti du patrimoine agricole français et à ce titre, il mérite notre respect. Il est vrai, par contre que les recettes pour le sublimer sont rarement dans la feuille de chou. Mais nous verrons pour améliorer cela dans deux années maintenant.

La semaine qui vient de s'écouler a été courte mais intense. En effet, nous avons semé des haricots verts, haricots beurre, haricots coco, arraché les haricots rame sous serre et replanté d'autres légumes qui viendront sans aucun doute garnir les paniers de cet automne.

L'ail a également été mis au grenier. Son séchage est maintenant terminé. Les premiers caïeux ne vont plus tarder dans vos paniers.

La chose la plus importante que nous avons faite cette semaine, à mon sens, c'est le désherbage des allées de carottes et de céleris rave. Ils ont tout deux eu leur protection physique contre les insectes et, maintenant, que les jours décroissent, ces légumes vont croître. Ce jeudi 13 juillet, nous avons semé la chicorée pain de sucre et la Chioggia. C'est le signe que nous sommes bien à la deuxième partie de la saison.

Rodrigue, encadrant maraîcher

## URGENT

**Nous sommes à la recherche d'assiettes, de verres, de tasses et de couverts.  
Pour ne pas jeter, pour recycler, vous pouvez utiliser le sac de retour  
pour nous faire passer ces ustensiles.**

**Sur le même thème, nous sommes à la recherche de deux frigos et d'un lave-vaisselle.**



AUVERGNE – Rhône-Alpes

