

AMAP DE L'OUTARDE
MONTREUIL-BELLAY
(49)



EDITO

A L'AMAP

A l'AMAP, on trouve des légumes, du pain, des produits laitiers, de la viande, de la volaille, des œufs, des champignons, des pommes, des poires, des agrumes, du miel, des pommes de terre, de la farine, des légumes secs, du poisson... le tout sans intermédiaire, en direct de producteurs bio de la région.

A l'AMAP, on est soucieux de la qualité de ce qu'on mange...

A l'AMAP, on sait d'où viennent les produits qu'on achète, on connaît personnellement les producteurs, on se connaît, on se reconnaît entre personnes qui partagent des valeurs humaines fortes.

A l'AMAP, on est social...

A l'AMAP, on achète en vrac, rien de préemballé. On achète juste ce dont on a besoin, le yaourt, le lait, les légumes...

Exemple de prix

Le poulet bio : prix AMAP – 8 € le kg, le bio super U – 10.71 € le kg (prix relevé la semaine du 3 mars).

A l'AMAP, on n'est pas des bobos !

A l'AMAP, on achète des produits locaux de saison. Et c'est tellement meilleur !

A l'AMAP, on est écolo...

Que vient-on chercher à l'AMAP ?

Des bons produits biologiques

Le juste prix

L'accueil, le dialogue

Les valeurs, l'éthique

Conclusion : A l'AMAP, on est bien, on est bio !

DANS CE NUMÉRO :

Jour des Producteurs	2
Mon jardin lunaire	3
Le conseil du jardinier	3
Devine si t'es cap'	3
Parole d'AMAPien !	4
Les jubile-papilles de Mamie Catherine	5
De tout un peu	6
Des nœuds dans la toile	7
Actus en images	8/9

LA LUME DE L'OUTARDE



NIOUZ LETTEURE !

ANNÉE 1, N° 4

AVRIL 2014

Au four ET au moulin...

Nouvelles et potins des fermes de l'AMAP

Un grain de bonté

Avec l'hiver, le rythme de travail a un peu baissé. Les semis d'automne (blé, orge d'hiver féverole et essai de lentilles) sont dans l'ensemble bien réussis, et les pluies importantes du mois de janvier n'ont pas eu d'incidence. Alors c'est la période de l'entretien du matériel, mais aussi de la projection pour l'avenir, et avec Catherine, nous ne sommes pas en manque d'idées, il va nous falloir quelques années pour les réaliser.



Pour le tri des légumes secs, nous avons emmené nos graines à une Cuma de Vendée, (la bien nommée « la Trieuse ») nous sommes contents du résultat avec beaucoup moins d'heures à passer mais par contre nous sommes déçus de la perte au triage, il nous semble que le pourcentage de déchets est élevé au vu de ce que nous leur avons livré (c'est flagrant pour le lin). Mais pour le moment nous n'avons pas d'autre solution, reste à faire un topo avec eux ; mais cela va faire partie des projets d'avenir, de s'équiper en matériel performant de triage.

Je pense que la plus part d'entre vous avez goûté nos essais de pains aux graines et farines. Nous sommes en recherche de recettes avec ce que nous pouvons produire à la ferme, c'est pourquoi le pain aux graines se résume à du lin et du tournesol, même si le tournesol décortiqué ne peut encore être produit à la ferme (et un projet de plus !!!). L'autre pain est celui des trois farines avec une base de blé, plus de la farine de sarrasin et de lentille. Bien sûr nous vous les proposerons au nouveau contrat d'avril et sans farine de poisson !!!

Nous attendons le retour du soleil pour aller semer les orges de printemps et les lentilles, et si possible en février, suivront tous les travaux de printemps, mais nous en reparlerons.

Nous recherchons un salarié à mi-temps d'avril à octobre ayant une bonne maîtrise de la conduite des tracteurs, si vous connaissez quelqu'un ?

Philippe

GAEC PACHAMAMA

« L'espérance est un risque à prendre »
Georges Bernanos

Jours des Producteurs



Distributions du mois : dates & produits présents
Évènements à retenir

3 Avril <input type="checkbox"/> Huile <input type="checkbox"/> Lait <input type="checkbox"/> Légumes <input type="checkbox"/> Œufs <input type="checkbox"/> Pain <input type="checkbox"/> Sel <input type="checkbox"/> Savon	17 Avril <input type="checkbox"/> Jus de raisin <input type="checkbox"/> Lait <input type="checkbox"/> Légumes <input type="checkbox"/> Miel <input type="checkbox"/> Œufs <input type="checkbox"/> Pain <input type="checkbox"/> Poisson
10 Avril <input type="checkbox"/> Agrumes <input type="checkbox"/> Champignons <input type="checkbox"/> Lait <input type="checkbox"/> Légumes <input type="checkbox"/> Œufs <input type="checkbox"/> Pain - farine - légumes secs <input type="checkbox"/> Veau	24 Avril <input type="checkbox"/> Champignons <input type="checkbox"/> Confitures-sirops-pâtes de fruit <input type="checkbox"/> Lait <input type="checkbox"/> Légumes <input type="checkbox"/> Œufs (double) <input type="checkbox"/> Pain <input type="checkbox"/> Pommes-poires
11 Avril Projection du film « Des abeilles et des hommes » 20h30 salle de la Closerie à Montreuil-Bellay	30 Avril (MERCREDI!) <input type="checkbox"/> Légumes <input type="checkbox"/> Pain <input type="checkbox"/> Poulet-porc

Dates à retenir !

5 avril : Soirée « Papoterie », Anima Libri, Montreuil-Bellay

6 avril : Martine Moreau et son association organisent une journée portes ouvertes à la ferme de l'Abbaye d'Asnières

11 avril : Film « Des abeilles et des hommes », La Closerie, Montreuil-Bellay

26 avril : Printemps du Thouet, port Ste Catherine, Montreuil-Bellay

27/28 avril : Vente de plants bio, ESAT le Jardin des Plantes, Doué-la-Fontaine



Visite de la ferme
Jeux en bois traditionnels
Tressage de l'osier
Tournage du bois
Atelier culinaire avec les délices de Flo pour la confiture.
Confection de Crémé d'Anjou
Marché paysan : plants, fruits, légumes, fromage de chèvre, charcuteries fermières, miel, chocolats de Cunault.
Etc...

De 10 heures à 18 heures



Le Printemps du Thouet :

Comme chaque année, nous serons présents à cette manifestation organisée par la municipalité, en présentant les produits de l'AMAP sur un stand tenu par les amapiens.

Le Printemps du Thouet aura lieu le 27 avril, au Port Ste Catherine, et nous aurons besoin de bonnes volontés pour en assurer la permanence. Une feuille d'inscription sera affichée sur Le Paravent dès jeudi prochain.

Cette manifestation est très appréciée des montreuillais et nous permet de rencontrer beaucoup de nouvelles personnes.

Mon jardin lunaire

Le printemps s'installe, les pluies sont fréquentes et les gelées sont encore à craindre. Les semis de fleurs d'été et de légumes sont au programme.

Le 23 avril la lune sera au périgée et le 8 avril, elle sera en apogée.

1				11				21			
2				12				22			
3				13				23			
4				14				24			
5				15				25			
6				16				26			
7				17				27			
8				18				28			
9				19				29			
10				20				30			

MEMO:

Premier quartier le 7 avril

Pleine lune le 15 avril

Dernier quartier le 22 avril

Nouvelle lune le 29 avril

Lune montante:

Greffez en fente.

Semez des pois.

Semez des légumes sous châssis.

Lune Descendante:

Terminez les tailles.

Plantez les pommes de terre (précoces) plantez des fraisiers.

	Jour fruit		Nouvelle lune		Noeud lunaire
	Jour feuille		Premier quartier		Lune croissante
	Jour fleur		Pleine lune		Lune décroissante
	Jour racine		Dernier quartier		

Le conseil du jardinier

par *David l'Hermitault* pour le potager et *Eric Chouteau* pour le jardin d'agrément

Au potager, il est l'heure de passer aux semis de tomates, poivrons, aubergines, courgettes et melons.

Continuez les betteraves, carottes, radis, fèves, choux (fleurs, raves, pommés). Attendez le 15 avril pour les choux de Bruxelles. Pour les épinards et haricots, semez sous abris.

Vous pouvez commencer à planter salades, échalotes, oignons de conservation et pommes de terre nouvelles (sous voile en extérieur pour ces dernières). Les pommes de terre de conservation quant à elles attendront fin avril.

Préparation des terrains pour la fin de printemps/été : après les fortes pluies, il est préférable de bêcher pour une bonne aération des sols. A la lune descendante, cassez les engrais verts d'automne (cassez, broyez et intégrez-les dans les sols).

Vendredi saint (18 avril) : évitez tout travail des sol/semis. Laissez travailler les astres !

Dans le jardin d'agrément, il faut finir les tailles des fruitiers et treilles, avant le bourgeonnement. Les plus urgents sont vos rosiers.

Pour les mousses sur les greffes : avant apparition des bourgeons, appliquez de la bouillie bordelaise sur les greffes.

Palissage : toujours avant l'arrivée des bourgeons, faites courir vos glycines et autres treilles.

Fruitiers : pliez les branches pour bloquer la vigueur des fruitiers qui donnent trop de fleurs et peu de fruits, voire même coupez une ou deux branches pour créer un stress.

Fleurs : plantez les semis montés sous tunnel, changez les lavandes ; dahlias : grattez le sol pour laisser rentrer la chaleur et aérer la terre ; framboisiers : enlever le bois mort et couper à 50-60cm de haut, sauf si démarrés.

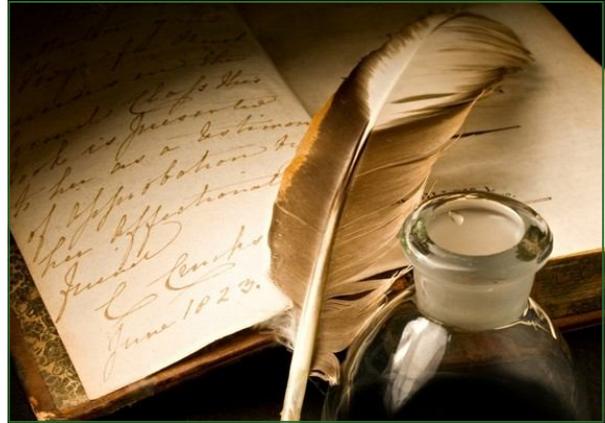
Devine si t'es cap'

« Je commence par un E, je finis par un E, je contiens une lettre et pourtant je ne suis pas la lettre E. Que suis-je ? »

(La réponse dans le prochain numéro... Réponse de l'édition du mois dernier : La lettre « n » !)

Parole d'Amapien !

Je suis née en 1951 et j'ai passé ma petite enfance dans un village du Nord de la France. Il n'y avait pas l'eau courante et ma mère prenait l'eau à une pompe extérieure, gelée en hiver. Naturellement, il n'y avait ni salle de bains, ni chauffage central, mais on était en pays minier et on se chauffait pour pas cher. On n'avait pas le téléphone, il fallait plusieurs années pour obtenir une ligne, plusieurs années également pour avoir une voiture neuve. Mon père conduisait une voiture antédiluvienne, caco-chyme, souvent en panne, qu'il rafistolait avec du chatterton !



On était pauvres, méprisés des commerçants car on ne leur achetait que le strict nécessaire. Et quand ma mère m'envoyait chercher des steaks à la boucherie, on me faisait passer après les adultes, même ceux qui étaient arrivés après moi. Et on me donnait les morceaux les moins tendres ! A l'école, j'en prenais plein la tête, à cause de mes vêtements, qui souvent me venaient de mes cousines, et à cause de mon nom dont pourtant je suis si fière. Mais RONDEPIERRE, ça fait rire les enfants... Inconfort, situation financière précaire, manque de respect, moqueries à l'école, c'était au siècle dernier. Est-ce que je suis « préhistorique » comme me disait ma fille quand elle était petite ? Aujourd'hui, il y a la technologie qui peut presque tout, mais pour les plus fragiles, est-ce si différent ?

J'ai évolué bien sûr, je suis devenue plus forte, j'ai perdu ma timidité, j'ai tout fait pour sortir de ma condition. Gérard et moi, nous avons travaillé pour que nos enfants aient une enfance différente, puissent étudier. Mais nous n'avons jamais oublié nos origines et elles ont contribué à développer en nous des valeurs humaines que nous avons transmises à nos enfants.

Nous avons quitté la grande métropole lilloise et sommes venus ici, dans un environnement plus sain, nous ne faisons plus la course. Nous avons également trouvé un environnement humain, où on reconnaît l'autre, où on se parle, où on s'écoute les uns les autres. Grâce à l'AMAP, nous rencontrons des gens qui partagent nos idées ou les comprennent, nous nous sommes rapprochés de la terre. Nous avons accepté avec joie les quelques inconvénients de la vie à la campagne et nous vivons bien mieux. Nous mangeons beaucoup plus sainement car grâce à nos producteurs, nous savons d'où nous viennent les produits que nous consommons. Et comme disait Voltaire, « cultivons notre jardin » !

Les jubile-papilles de Mamie Catherine

CANNELÉS ET PETITS FOURS

Ingrédients :

- 1/2 litre de lait (des trois Poiriers)
- 2 œufs et 2 jaunes (de chez Catherine Louâpre)
- 1/2 gousse de vanille
- 1 cuillère à soupe de rhum
- 100g de farine (du GAEC Pachamama)
- 250 g de sucre en poudre
- 50 g de beurre (des trois Poiriers)
- (+ 50 g pour beurrer les moules)



La recette :

Faire bouillir le lait avec la vanille et le beurre. Pendant ce temps, mélanger la farine, le sucre puis incorporer les œufs d'un seul coup, verser ensuite le lait bouillant.

Mélanger doucement afin d'obtenir une pâte fluide comme une pâte à crêpes, laisser refroidir, puis ajouter le rhum. Placer au réfrigérateur une heure.

Préchauffer le four à thermostat 10 (270°) avec la tôle sur laquelle cuiront les cannelés.

Verser la pâte bien refroidie dans les moules bien beurrés, en ne les remplissant qu'à moitié. Disposer les cannelés sur la tôle du four chaud th 10 pendant 5 minutes, puis baisser le thermostat à 6 (180°) et continuer la cuisson pendant 1 heure : le cannelé doit avoir une croûte brune et un intérieur bien moelleux. Démouler encore chaud.

Pour les petits cannelés, le résultat est plus satisfaisant avec 3/4 d'heure de cuisson qu'avec 1 heure.

Et les blancs d'œufs , me direz-vous ? Très facile et pas mauvais....

Petits fours :

- 2 blancs d'œufs
- 100 g de sucre en poudre
- 125 g de poudre d'amande
- Fruits confits pour la décoration

Chauffer le four à 180/190°

Mélanger le sucre et la poudre d'amande, ajouter les blancs d'œufs : on obtient une pâte un peu épaisse.

Sur une feuille de papier sulfurisée, déposer de petits tas. Décorer avec un morceau de fruit confit.

Mettre au four 12 à 15 minutes.

Laisser refroidir avant de déguster.

Mamie Catherine

De tout un peu

Depuis bientôt quatre ans, les Montreuillais peuvent voir, sous le préau de la médiathèque, des personnes s'affairer le jeudi en fin d'après-midi autour de divers étals de produits comestibles et de produits d'élevage, tous issus d'une « agriculture paysanne » c'est-à-dire exempte de pesticides et respectueuse des conditions de travail : légumes, produits laitiers, champignons, œufs, miel, poisson, viandes de bœuf, de porc, de veau, d'agneau ainsi que poulets, etc. C'est le lieu de livraison de l'AMAP de l'Outarde. AMAP est un acronyme qui signifie **Association pour le Maintien d'une Agriculture Paysanne**. C'est, un partenariat de proximité entre un groupe de consommateurs et une exploitation locale - généralement une ferme -, débouchant sur un partage de récolte régulier composée des produits de la ferme.



Ce système représente une forme de circuit court de distribution. Il a débuté au Japon dans les années 60, et s'est répandu dans le monde entier. En France, il existe plus de 1200 AMAP, dont 35 en Maine et Loire. L'AMAP DE Montreuil-Bellay réunit actuellement près de 80 familles.

Si l'aventure vous tente, ou si vous voulez simplement en savoir plus, n'hésitez pas à soit à rencontrer un de nos « référents » lors des livraisons du jeudi, soit à vous rendre sur notre stand situé sur le port Ste Catherine lors du Printemps du Thouet. Vous y rencontrerez des membres de l'association, et vous pourrez soit tester une première commande (prise le jeudi sur le lieu de livraison) soit déguster les produits de saison sur le stand.

Des nœuds dans la toile

Dans cette dernière rubrique, nous vous proposons quelques liens vers des sites internet qui ont retenu notre attention. Le but étant de vous faire découvrir d'autres acteurs du maintien écologique global. Vos suggestions seront les bienvenues si vous souhaitez faire connaître des pages pertinentes. Adressez-vous à Renée via notre blog (adresse dans l'encadré en bas de cette page). Pour accéder directement à un des sites, cliquez sur son lien !

Le collectif du mois

Collectif 49 pour la Transition Citoyenne

Nous vous en avons déjà parlé (voir édition de février), mais vu que **notre AMAP vient d'être intronisée** (eh oui !), et rejoint ainsi les 16 organisations et associations locales, il nous paraît utile de rappeler ici le lien vers le site pour vous tenir informés des actus du collectif.

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

L'établissement du mois

ESAT « Le Jardin des Plantes »

Situé au 9 rue du Pavé à Doué-la-Fontaine, cet établissement spécialisé pour les travailleurs handicapés dans le domaine horticole notamment, propose chaque année une journée de vente au public de ses plants issus des semences de Kokopelli à des prix tout à fait raisonnables.

Vente de plants bio : **27/28 avril**

Tél. 02 41 40 21 00

Les vidéos du mois

« Le jeu de la mort »

Documentaire de 2009 : La mise en scène d'un faux jeu télévisé reproduit l'expérience de Milgram réalisée initialement aux États-Unis dans les années 1960 pour étudier l'influence de l'autorité sur l'obéissance.

https://www.youtube.com/watch?v=6gsKGyMZ_Q4



L'équipe de la rédaction, c'est eux. Ne prenez pas la fuite s'ils viennent vous interviewer !



Catherine PAGER



Renée CABY



Gérard CABY



Christophe ITH-PETITEAU



le temps de la création...

À l'occasion des Journées Européennes des Métiers d'Art 2014
Anima Libri organise une soirée "Papoterie"
Samedi 5 Avril, à 18h30

Marina Le Dorner, Enlumineur
animera la soirée sur le thème
l'Enluminure de la chute de l'Empire Romain à la Renaissance



sur réservation, s'il vous plaît car les places sont limitées. Entrée : 5 € par personne
La soirée se déroulera dans l'espace salon de thé d'Anima Libri,
les consommations sont en supplément
thés, cafés, tisanes : 3,00€ / chocolat chaud : 4,50 €

www.anima-libri.fr

7 Rue du Château
49260 Montreuil Bellay
02.41.38.55.72 06.63.30.74.71
animalibri@gmail.com



Grand Saumur Anjou Val de Loire



SOIRÉE CINÉ-DÉBAT

JOURGÛTE PRÉSENTE

DES ABEILLES ET DES HOMMES

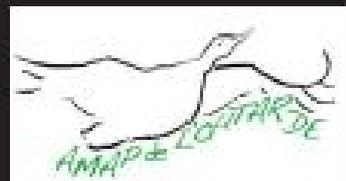
un film de **MARKUS IMHOOF**

Ven. 11 AVRIL

**20h à la Closerie
à Montreuil-Bellay**

avec la voix de **CHARLES BERLING**

en présence d'**Eric CHOUREAU** - apiculteur local
de **Jean-Luc DENECHERE** - apiculteur
et président de l'**ASAD** (Association Sanitaire Apicole Départementale)
Dégustation des produits de l'AMAP



Soirée organisée par l'AMAP de l'Outarde - Entrée libre et gratuite