



30 septembre 2011

# LA FEUILLE DE CHOU

Nom de l'organisation

Année 3, Numéro 99



[www.quelle-chouette-planete.fr](http://www.quelle-chouette-planete.fr)

## Visite à la ferme

Dans ce numéro :

Visite à la ferme	1
Recette	2
Infos des paniers	2

### INFO DE LA SEMAINE

#### Remplacez Google

Grâce à vos recherches, **JePlanteUnArbre**, en partenariat avec **Trees for the future**, plante des arbres.

[www.jeplanteunarbbr](http://www.jeplanteunarbbr)

Mercredi 14 Septembre, quelques membres de Quelle Couette Planète ont rencontré **Virginie et Hervé Leclavier**. Nous avons été reçus à la ferme à Vienne-en-Bessin et cette rencontre a été l'occasion de faire un petit bilan de l'année sur les paniers de légumes bio que nous fournit chaque semaine Virginie. Le nombre de paniers commandés chaque semaine ne progresse pas beaucoup et plusieurs personnes prenant les paniers ont émis des remarques et quelques critiques. Certains trouvent que les **légumes sont souvent trop gros** (courgettes, navets) ou **cueillis trop mûrs** (tomates). **Les quantités par légume semblent aussi parfois un peu justes** pour faire un plat familial. Nous en avons donc discuté avec Virginie. Elle propose d'essayer de cueillir les légumes plus tôt, moins mûrs. Pour les quantités, en fonction du prix du panier, Virginie dit que si elle met plus d'un légume (pour un plat familial, par exemple des haricots verts), elle devra mettre moins d'autres légumes d'où un panier moins diversifié. Tout le monde n'appréciera peut-être pas ? **Virginie est intéressée à recevoir nos commentaires sur les paniers** pour que, si nécessaire, en échangeant nos impressions, nous puissions ensemble faire évoluer les paniers pour qu'ils conviennent au plus grand nombre. Cette évolution doit, bien sûr, prendre en compte les contraintes inhérentes aux cultures réalisées par Virginie. Nous vous proposons donc, pour les prochains mois, de **donner votre avis chaque semaine sur votre panier de légumes: qualité et quantité des légumes, variétés des légumes...** Souhaiteriez-vous trouver d'autres légumes dans votre panier ? Vos remarques, vos suggestions seront compilées et nous en discuterons avec Virginie pour voir, si nécessaire, si des modifications sont possibles.

Nous vous invitons aussi à **donner votre avis sur les légumes que vous souhaiteriez trouver dans votre panier pour la saison suivante**. Virginie nous proposera bientôt une liste de légumes qu'elle pourrait faire pousser l'été prochain, elle serait ravie d'avoir votre avis pour choisir les légumes/variétés correspondant à vos attentes. Merci de votre participation. Merci à Juliette pour la rédaction. Retours à [quellechouetteplanete@live.fr](mailto:quellechouetteplanete@live.fr)

## RECETTE

### Gelée de pommes

#### Ingrédients :

10 kg de pommes

75 cl de cidre brut

3 citrons, Sucre en fonction du volume de jus obtenu (500g de sucre par litre de jus)

#### 1Préparation :

Pressez les citrons et réservez le jus.

Lavez les pommes, coupez les en 4, laissez la peau et les pépins. Mettez le tout dans une grande marmite. Versez le cidre par-dessus, ensuite le jus de citron et complétez avec de l'eau, les pommes doivent affleurer à la surface.

Mettez le tout à chauffer tranquillement, entre 30 et 40 minutes. Surtout ne mélangez pas vous feriez de la compote. Laissez mijoter tranquillement pour que les pommes donnent tous leurs arômes aux liquides, et que leur jus soit extrait.

Versez tout dans un tamis doucement. Il faut extraire le jus le plus clair possible. Laissez reposer pour récupérer tout le jus.

Mettez une petite assiette dans le congélateur.

Mesurez le volume de jus obtenu pour en déduire la quantité de sucre à mettre dans la marmite (500g de sucre pour 1 litre de jus). Ici on ne parle pas d'agar agar pour gélifier car la pomme est bourrée de pectine c'est donc inutile ici.

Mettez le jus obtenu dans la marmite avec le sucre. Faites cuire à petit bouillon entre 30 et 60 minutes.

Pendant ce temps stérilisez les pots de confiture. La préparation doit fonder, devenir rouge et épaissir. Pour tester la bonne gélification versez quelques gouttes sur l'assiette sortie du congélateur, si ça gélifie aussitôt c'est que c'est bon vous pouvez mettre en pot. Sinon faites cuire encore quelques minutes. Mettez en pots, fermez les (attention à ne pas vous brûler) et retournez les pots encore chaud. Ensuite laissez refroidir. Une fois les pots froids vous pouvez les ranger dans un endroit frais et sec pour l'hiver.

## INFOS DES PANIERS BIO

**Lien Doodle pour l'inscription aux permanences pour  
le QUATRIEME trimestre 2011**

<http://doodle.com/i434hd6krizkgg86>

Pour la FDC n°100, vous pouvez m'envoyer un petit commentaire sur les paniers bio (comment vous les avez connus, pourquoi vous y adhérez, quelles modifications vous souhaiteriez, ... ou tout autre commentaire pour fêter ce numéroversaire !)

**Suite à une petite erreur de livraison il reste des colis de pommes (2kg pour 3.60€) que vous pourrez prendre vendredi au local.**

**PENSEZ AUX PAIEMENTS DU MOIS DE SEPTEMBRE ! MERCI**