



LE CHAMP DES LUYs

chiffre de la semaine

29

c'est le nombre de familles qui font confiance à notre système de paniers fermiers

DE LA FOURCHE À LA FOURCHETTE

PATATES DOUCES

La saison des patates douces démarre. Cette année, les notres seront minoritaires car le temps n'a pas été favorable. Heureusement, des amis paysans Bio du secteur s'en sont mieux sorti que moi. Je leur ai donc acheté quelques caisses pour vous faire profiter de ce légumes merveilleux. Il devrait y avoir 2 à 4 variétés que je vous ferai tester au fil des prochaines semaines.

TARTINES DE PATATES DOUCES ROTIES, AVOCAT ET FROMAGE DE CHEVRE

- 2 patates douces moyennes
- 2 tranches de pain de campagne ou pain complet
- 1 avocat mûr
- 100 g de fromage de chèvre frais (ou en bâche)
- 1 cuillère à soupe de miel (optionnel)
- 1 cuillère à soupe de vinaigre balsamique-
- Huile d'olive
- Sel, poivre
- Quelques feuilles de roquette

Préchauffez votre four à 200°C. Lavez bien les patates douces et coupez-les en tranches d'environ 1 cm d'épaisseur. Disposez-les sur une plaque de cuisson recouverte de papier sulfurisé. Arrosez d'un peu d'huile d'olive, salez, poivrez et saupoudrez des épices de votre choix (paprika, cumin ou herbes de Provence). Faites rôtir les patates douces au four pendant environ 25-30 minutes, ou jusqu'à ce qu'elles soient tendres et légèrement dorées.

Pendant que les patates douces cuisent, faites légèrement griller les tranches de pain de votre choix (au grille-pain ou dans une poêle avec un peu d'huile d'olive). Coupez l'avocat en deux, retirez le noyau et écrasez la chair dans un bol avec une fourchette. Ajoutez un peu de sel, de poivre et le vinaigre balsamique pour une touche acidulée.

Étalez l'avocat écrasé sur chaque tranche de pain grillé. Disposez les tranches de patates douces rôties sur l'avocat. Ajoutez des morceaux de fromage de chèvre frais sur le dessus. Pour une touche sucrée-salée, vous pouvez napper légèrement de miel. Ajoutez quelques feuilles de roquette pour la fraîcheur et, si vous le souhaitez, des noix ou des graines pour un peu de croquant.

NOUVELLES DE LA FERME

HISTOIRE D'OEUFs

Il y a deux semaines, nous avons eu assez d'oeufs pour tout le monde... à l'oeuf près ! En effet,

venredi soir, après la préparation des derniers paniers, il ne restait aucun oeuf en stock. La semaine passée, il a manqué 6 oeufs pour que tout le monde soit servi.

Par chance, un nouveau charpardeur a été attrapé la semaine passée. Et ce coup-ci c'était un adulte. Espérons que les oeufs disparus entre leurs dents soient moins nombreux et que le nombre soit suffisant la semaine à venir pour fournir tout le monde ! A moins que les poules ne se remettent à pondre ...

NOUVEAUX ARRIVANTS

Cette semaine, ce sont 3 nouvelles familles qui ont rejoint notre communauté. Bienvenue aux familles Allouche, Blanchard et Challande. Ils vont pouvoir bénéficier des paniers et des diverses options jusqu'en fin janvier.

Sachez que le système des paniers de la ferme représente la colonne vertébrale de la ferme. Elle compte pour 58% du chiffre d'affaire de l'exploitation. Les paniers sont vitaux pour son équilibre.

Je vous remercie donc tous pour votre fidélité, votre confiance et votre gentillesse à tous.

LES KIWIS SONT ARRIVÉS

Ils se sont fait désirer, mais ça y est, la première livraison de kiwis à eu lieu. Cette première livraison est composée d'une variété précoce de petit calibre. Les classiques seront à l'étal d'ici quelques semaines. Hélas, nos amis Louit, les producteurs de pommes, de kiwis et de divers jus de fruits, m'ont annoncé que le temps très humide que nous avons depuis plus d'un an maintenant a eu raison d'une partie de leurs actinidies (la liane qui nous donne les kiwis). Les pieds d'actinidies meurent avec ce climat déboussolé. C'est une très mauvaise nouvelle pour les nombreux producteurs de kiwis de notre région.



NOUVELLES DES CULTURES

REPIQUAGE DES PETITS POIS



Les repiquages/semis ont repris, j'ai mis en terre, jeudi dernier 100

mètres linéaires de petits pois qui devraient arriver, si tout se passe bien, courant du mois d'avril.

Une livraison de plants a eu lieu jeudi dernier. Il va falloir que je mette en terre, dans les prochains jours les 200 salades, 200 sucres, 500 épinards, 500 mâches, 300 choux-raves et 150 fenouils fraîchement arrivés. Eux, seront disponibles, si tout va bien d'ici aux mois de février/mars.

LES CHAMPIGNONS ARRIVENT

La livraison des premiers ballots de culture est prévue pour cette



semaine. La pièce de fructification est quasi prête pour accueillir notre nouvelle culture. La mise en culture de la moitié des ballots sera mise en culture dès leur arrivée. L'autre moitié sera mise dans la pièce dédiée la semaine suivante afin que les récoltes soient échelonnées au fil du temps. Dans les prochaines semaines, je vous présenterai les différentes variétés qui seront cultivées. Je tacherai, pour les personnes qui en ont commandé de vous les faire goûter toutes dans les prochaines semaines. Vous me direz ainsi qu'elles sont vos préférées, que je puisse les mettre en culture en plus grand quantité au fil des mois. En effet, pour avoir une récolte régulière de champignons, ils faut renouveler les ballots de culture toutes les 4 à 8 semaines et donc en commander de nouveaux chaque mois.



VOTRE PANIER CETTE SEMAINE

Paniers à 11€

- des Patates douces
- de la Clayton de Cuba
- une petite Salade
- une botte de Navets
- des Betteraves

Paniers à 16€

même contenu que le panier à 11€ avec des quantités plus importantes de Patates douces et de Betteraves et une botte de moutarde en plus

CETTE SEMAINE, PAS DE PANIER AUGMENTÉ !

(ré)abonnez-vous : <http://contrat.fermedesluy.fr>