



LE CHAMP DES LUYS

chiffre de la semaine

150

c'est le poids en kg
de substrat de
culture de
champignons qui a
été reçu la semaine
passée

DE LA FOURCHE À LA FOURCHETTE

OIGNONS DE CONSERVATION

Cette année, à la ferme, j'ai été bon sur les oignons bottes et les oignons frais, mais pas sur les oignons de conservation. L'excès d'eau et surtout l'invasion d'une herbe appelé Panic (elle porte très bien son nom) ont eu raison du calibre de nos oignons d'hiver.

Les oignons de conservation, ceux que je vous propose en ce moment, sont donc ceux d'un copain maraîcher bio qui est au Nord de Morlaàs. Avec les patates douces, ce sont actuellement, les deux légumes qui ne viennent pas de la ferme des Luys. L'entraide entre maraîchers est fondamentale par les temps qui courent.

SOUPE À L'OIGNON

- 2-3 gros oignons
- 500 ml de bouillon (volaille ou légumes)
- 60 g de fromage râpé
- 1 noisette de beurre
- Sel et poivre
- Quelques tranches de pain de campagne



Éplucher et couper finement les oignons, avant de les faire revenir dans une noisette de beurre jusqu'à ce qu'ils soient dorés.

Ajouter le bouillon, puis saler et poivrer.

Laisser mijoter 20 à 30 mn.

Faire toaster les tranches de pain, puis couper grossièrement, en morceaux.

Verser la soupe dans les bols.

Déposer les tranches de pain par-dessus et parsemer de fromage râpé.

Passer les bols sous le gril du four quelques minutes à 200°C.

Servir immédiatement.

NOUVELLES DE LA FERME

HISTOIRE D'OEUFs ÉPISODE 4

La semaine dernière, tout le monde a été fourni en oeufs. Les

poules ont été un peu plus généreuses que les semaines passées... merci à elles et pourvu que cela dure !

VARIÉTÉS DE POMMES

Depuis le début de la saison, je vous mettais dans les paniers deux variétés de pommes BIO (variétés Déliclass et Rougette) de "La cueillette de l'Aragon". Ce coup-ci, ce sont nos amis de chez Jardilouit qui ont pris le relai. Nous avons, pour le moment, des Opal et des Story. La semaine dernière, vous avez pu goûter les pommes Opals, cette semaine, ce sera la Story (de toutes, c'est ma préférée).

PAS DE MANGUE DANS LA PROCHAINE COMMANDE

Nous sommes encore avec les fruits espagnols de la première commande, mais je vois déjà dans les listes que me font parvenir nos amis de Valence chaque semaine, que la saison des mangues se termine. Profitez bien de celles que vous avez dans les paniers, il n'y en aura probablement pas d'autres avant l'automne 2025. Heureusement, j'en ai encore assez pour tenir quelques semaines.

ABATTAGE DE POULETS

Jeudi dernier, j'ai amené à la Conserverie du Vic Bilh, 32 coqs de l'année et 2



vieilles poules. Ils ont fini leur jour entre les mains d'une équipe très professionnelle et ont poursuivi leur trajet dans les mains d'une équipe de super cuisiniers. Ce coup-ci, ce sont des poulets basquaises qui ont été commandés et seront prêts à récupérer prochainement. J'ai aussi demandé de faire mettre de côté les gésiers et foies afin d'être eux aussi cuisinés lors d'une prochaine session de transformation.

C'est la première fois que je fais abattre 100% de bêtes nées à la ferme. Nourris quasi exclusivement avec de la nourriture produite par



mes soins, ou au pire, par des paysans voisins (en attendant de pouvoir faire, moi-même, 100% de leur nourriture).

Cette fois-ci, ce n'est pas moi qui ai fourni les légumes pour la cuisine, mais je compte bien changer cela, l'année prochaine !

NOUVELLES DES CULTURES

LES CHAMPIGNONS SONT LÀ

...ou du moins, les substrats de culture. En effet, vendredi matin, nous avons reçu 30 ballots de 5kg chacun pour démarrer la culture des champignons. La première moitié a été mise à fructifier dans la pièce dédiée à cela. L'autre moitié les rejoindra courant de semaine prochaine pour échelonner les récoltes. Il faut compter environ 2 semaines entre la mise en fructification et la première récolte...



Et donc, si tout se passe bien, vous pourrez goûter les premiers champignons courant de la semaine 51, soit juste avant les fêtes de Noël !

Pour cette première "tournée", j'ai choisi 3 variétés bien différentes : la Pleurote grise (*Pleurotus ostreatus*), le Shiitaké (*Lentinula edodes*) et l'Eryngii (*Pleurotus eryngii*). Les deux premières sont assez classiques maintenant sur les étals des marchés ou des magasins spécialisés. Quant à la troisième, elle gagne à être connue et commence à bien se développer en France. Je testerai régulièrement de nouvelles variétés, charge à vous de me dire celles que vous préférez afin de mettre en culture plus fréquemment vos préférées.



VOTRE PANIER CETTE SEMAINE

Paniers à 11€

- de la Courge
- des Oignons
- du Mesclun de Moutarde
- des Pommes de terre

Paniers à 16€

même contenu que le panier à 11€ avec des quantités plus importantes de Courges, Pommes de terre et Oignons et un ajout de Choux Romanesco/Flours.

Panier à 22€

même contenu que le panier à 16€ avec des quantités plus importantes de tout