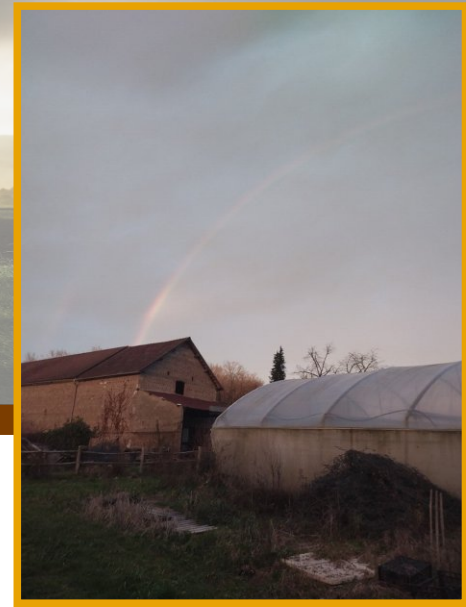




LE CHAMP DES LUYs



NOUVELLES DE LA FERME

NOUVEAUX DÉCEVANTS

CONTRATS

Après une semaine de relance, je suis au regret de déplorer une baisse significative du nombre de contrats. Quatre familles m'ont indiqué faire une pause car étant moins motivés par les légumes de cette saison, ce qui est classique à cette période, mais là où je suis plus ennuyé, c'est que pas mal de monde ne pas fait de retour du tout, pas même pour me signaler qu'ils souhaitaient arrêter. J'espère que ce n'est qu'un oubli et recevoir leur inscription dans les prochaines heures mais je vous avoue que cette situation n'est pas des plus confortable pour moi et pour la ferme.

Chose encore plus inquiétante, qui n'était jamais arrivée : aucun nouveau contrat n'a été signé !

La crise du Bio continue de se durcir !

CHAMPIGNONS INNONDATIONS

ET

Heureusement pour la ferme, l'inondation dont il est question dans le titre ne concerne pas la ferme. Même s'il a pas mal plu ses



chiffre de la semaine

2,89 kg

c'est le poids de Shiitakés récoltés ce WE. Ca fait plaisir !

DE LA FOURCHE À LA FOURCHETTE

SHIITAKÉS

Le Shiitaké est un champignon utilisé abondamment dans les cuisines coréennes, chinoises et japonaise.



Son pied est souvent utilisé là-bas pour parfumer les

bouillons, tandis que son chapeau est incorporé à de nombreux plats locaux (tempura, dashi, japchae, ...).

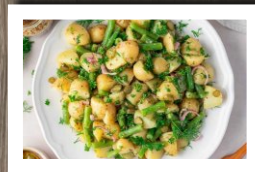
Il est l'un des produits de la cuisine d'Asie comportant la fameuse cinquième saveur : l'umami. Il est aussi très intéressant au niveau nutritif : il est riche en fibres et en vitamine B5, B2, D et PP.

Il peut se cuisiner comme tous les champignons, à l'ail et au persil. Mais quelques recherches complémentaires sur Internet vous donneront des centaines de recettes plus originales les unes que les autres.

SALADE TIÈDE DE GRENAILLES AUX HARICOTS ET À LA MOUTARDE

POUR 4 PERSONNES

- 500 g de pommes de terre grenailles
- 200 g de haricots verts équeutés
- 1 échalote
- 2 c.a.s. de moutarde
- 3 c.a.s. d'huile
- 1 c.a.s. de vinaigre de vin blanc
- Sel et poivre au goût
- 2 c.a.s. de persil



Lavez soigneusement les pommes de terre grenailles. Vous pouvez les laisser avec la peau ou les éplucher selon votre préférence.

Faites cuire les pommes de terre dans une grande casserole d'eau salée bouillante pendant environ 10-15 minutes, ou jusqu'à ce qu'elles soient tendres. Égouttez-les et laissez-les refroidir légèrement.

Pendant ce temps, faites cuire les haricots verts dans une autre casserole d'eau salée bouillante pendant environ 5-7 minutes, ou jusqu'à ce qu'ils soient tendres mais encore croquants. Égouttez-les et plongez-les immédiatement dans un bain d'eau glacée pour stopper la cuisson et préserver leur couleur. Égouttez-les à nouveau.

Dans un petit bol, mélangez la moutarde, l'huile, le vinaigre de vin blanc, le sel et le poivre. Fouettez bien pour émulsionner la vinaigrette.

Coupez les pommes de terre en deux ou en quartiers si elles sont un peu plus grosses.

Dans un grand saladier, mélangez les pommes de terre tièdes, les haricots verts, l'échalote émincée et le persil haché.

Versez la vinaigrette sur les légumes et mélangez délicatement pour bien enrober tous les ingrédients.

dernières semaines (encore), nous n'avons pas été inondé. Par contre, la jeune entreprise avec qui je travaille pour me procurer les ballots de culture de champignons est située en Bretagne et cette dernière a subit de plein fouet le mauvais temps de la semaine dernière. Son entrepôt a été submergé par les eaux et les ballots qui étaient en attente d'expédition (dont les nôtres) ont été "sali" par la boue charriée par l'eau. En effet, les ballots de culture de champignons sont des substrats stérilisés pour laisser toute la place possible au développement du mycélium des champignons qui supporte très mal toute sorte de concurrence. Ce substrat une fois mis en contact avec des organismes extérieurs est quasiment certain de ne rien donner. Cette entreprise s'est retrouvée avec presque deux mois de travail anéantis. Les prochaines livraisons devraient reprendre courant du mois de mars.

Conséquence pour vous et pour moi, la culture actuelle va donner encore quelques temps, mais au fil des semaines les récoltes vont aller en diminuant. La reprise de culture ne pouvant se faire avant 6/7 semaines, vous/nous allons manquer de champignons pendant un bon gros mois. Savourez bien les prochains, ils ne seront à nouveau de retour que dans plusieurs semaines !

LENTICULA EDODES

Contrairement aux pleurotes déjà évoqués dans un précédent numéro, les Shiitakés viennent d'extrême orient et sont souvent cultivés et mangés en Asie. Chez nous, il est préparé depuis assez peu de temps et cultivé depuis encore moins de longtemps.

Sa culture, bien que maîtrisée en Chine, en Corée et au Japon, n'est pas la plus évidente. Son mycélium est bien moins agressif que celui de la pleurote et a tendance à se faire assez facilement concurrencer par d'autres champignons ce qui rend sa culture plus délicate.

A la ferme, nous avons complètement raté la culture de la 1^{ère} salve de ballots de culture. En revanche, la 2^{ème} salve qui



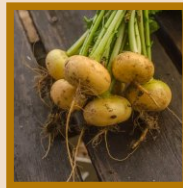
est en pleine production, est bien plus généreuse. Je ne suis pas encore au rendement optimal espéré, mais avec le temps et l'expérience, je pense qu'on peut être optimiste avec lui.

Pour information, ce champignon, lorsqu'il est prêt à fructifier, doit avoir des conditions bien précises : 16 à 18°C, 60% à 80% d'humidité et en dessous de 1000ppm de CO₂.



NOUVELLES DES CULTURES

SEMIS DE RADIS NAVETS



Afin d'avoir quelques racines à proposer dans les 2 prochains mois, j'ai refais un semis de navets (le 4^{ème} de l'hiver) et

de radis bottes (le 3^{ème}) afin de garder une certaine diversité dans les paniers de printemps.

En navet, j'ai mis mon petit chou chou, le navet allemand nommé Petrowski. C'est l'un des plus précoce qui existe tout en étant un navet très gouteux et peu amer, surtout lorsqu'il est récolté jeune. Pour les radis, c'est le très très classique radis 18 jours, qui mettra plus de 18 jours à arriver en cette saison, c'est certain.

SEMIS DE POIVRONS ET AUBERGINES

Après les semis de tomates précoces et poivrons précoces,



c'est au tour des poivrons de saison sous serre et d'aubergines sous serre à avoir été semé.

Cette année, en poivron, il y aura les habituels poivrons corne de taureau rouge, jaune et orange. J'ai aussi semé la variété marron (belle réussite 2023 et raté en 2024). Afin de correspondre au plus grand nombre, j'ai aussi semé 2 variétés de poivrons carré, les classiques rouges et jaunes de supermarché à la chair épaisse mais à la saveur moins prononcée.



VOTRE PANIER CETTE SEMAINE

Paniers à 11€

- des Pommes de terre grenailles
- un Mesclun de Salades
- du Fenouil

Paniers à 16€

même contenu que le panier à 11€ avec des quantités plus importantes de Grenailles et de Mesclun et un ajout de Mâche et d'Echalotes.

Panier à 22€

pas de panier à 22€ cette période