



LE CHAMP DES LUYS



chiffre de la semaine

300 kg

C'est le poids très
approximatif des
Patates douces
récoltées

DE LA FOURCHE À LA FOURCHETTE

PLEUROTE BLACK PEARL

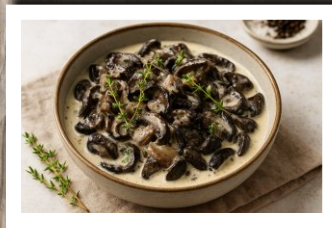


Le pleurote
Black Pearl
est un
champignon
hybride
originaire

du Japon, né du croisement entre le Pleurote gris et le Pleurote du Panicaut (*Eryngii*). Cette variété relativement récente combine la texture charnue de l'*eryngii* et la facilité de culture du pleurote classique. Son nom, « Black Pearl », vient de sa couleur sombre, tirant sur le gris anthracite, et de son aspect lisse et brillant. En cuisine, il est très apprécié pour sa chair ferme et savoureuse, sa texture légèrement fibreuse rappelant celle de la viande, et son parfum boisé et doux. Il se prête à de nombreuses préparations : poêlé, grillé, en wok ou en sauce. Sur le plan nutritionnel, le pleurote Black Pearl est riche en protéines

POÊLÉE DE PLEUROTE À LA CRÈME ET AU THYM

- 300 g de pleurotes Black Pearl
- 1 échalote
- 1 gousse d'ail
- 20 cl de crème fraîche
- 1 CàS d'huile
- 1 noisette de beurre
- Quelques brins de thym
- Sel, poivre



Nettoyez délicatement les pleurotes, puis coupez les plus gros en morceaux. Faites revenir l'échalote et l'ail hachés dans le beurre et l'huile, à feu moyen. Ajoutez les champignons et laissez-les dorer 8 à 10 minutes. Versez la crème, ajoutez le thym, salez et poivrez. Laissez mijoter 5 minutes à feu doux, jusqu'à ce que la sauce nappe la cuillère.

végétales, en fibres, en vitamines B et en minéraux essentiels (fer, potassium, zinc), tout en étant pauvre en calories et en graisses, ce qui en fait un aliment sain et équilibré.



NOUVELLES DE LA FERME

DES NOUVELLES DES POULETTES

Cela fait de nombreuses semaines que les poules ne donnent plus beaucoup d'oeufs. La baisse de production est stabilisée depuis 3 semaines maintenant.

Depuis un mois, j'ai descendu

environ 70 jeunes poulettes qui se sont bien adaptées à leur nouvel environnement. Il n'y a plus qu'à attendre que ces dernières se mettent à pondre ! Patience ! Patience !

DERNIÈRES INFORMATIONS SUR LES NOUVEAUX CONTRATS

J'espère que c'est bien à cause des vacances, mais il manque encore une dizaine d'inscriptions aux contrats d'automne par rapport au contrat précédent ! Si ce n'est pas le cas, c'est une rude nouvelle pour la ferme ! Les paniers hebdomadaires représentent les 2/3 du chiffre d'affaire de la vente à la ferme. Perdre 1/3 de ce débouché n'est pas bon du tout !

Dernière petite précision, il reste encore des Poires, ceux qui en veulent pour les paniers de novembre, peuvent me le signaler, je n'avais pas prévu de le proposer lors de l'inscription des premiers paniers pour le nouveau contrat, mais au final, vous pouvez en bénéficier encore quelques semaines. N'hésitez pas à m'envoyer un petit message.

KAKIS RÉCOLTÉS

Il y a 10 jours, j'avais entamé la récolte des premiers Kakis. Cette variété, nommée *Farmacista cicilia* est un kaki astringent qu'il faut

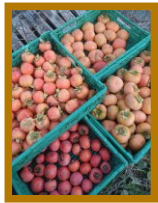


CETTE SEMAINE

Pâtes sèches Spaghetti

Pâtes fraîches Tagliatelles Espelette

déguster très mure (blet) ou qu'il faut faire sécher comme c'est très courant dans la culture japonaise. En effet chez nos amis d'orient, le Kaki est un fruit emblématique qui traîne avec lui tout une culture fascinante.



Vendredi après-midi, j'ai fini de récolter toutes les autres variétés et je suis ravi de pouvoir vous annoncer que les premiers Kakis non astringents (aussi appelés Kakis-pomme) seront proposés au magasin à partir de mercredi. Ils sont encore peu nombreux, mais c'est la première année que j'en récolte pour vous et c'est avec beaucoup de fierté que vous pourrez bénéficier de ces premiers fruits.



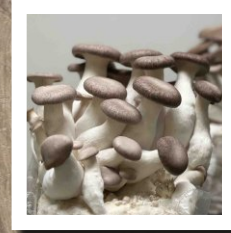
NOUVELLES DES CULTURES

KIWIS ET POMMES LIVRÉS

Vendredi matin a eu lieu la première livraison de nos amis Jardilouit. Au programme, des pommes Gala et Canada grise qui s'ajouteront aux dernières Pommes Deliclass de l'Aragon. Avec les Pommes, j'ai aussi

PLEUROTUS OSTRATUS x ERYNGII

Ce champignon pousse sur une grande variété de substrats lignocellulosiques, comme la paille de blé, la sciure de bois dur ou les copeaux de hêtre. Il préfère des conditions humides (environ 90 % d'humidité) et une température comprise entre 18 et 24 °C pour la phase de fructification. Après l'inoculation du substrat par le mycélium, la colonisation s'effectue en 2 à 3 semaines, suivie d'une production de beaux pleurotes sombres



aux chapeaux charnus. Le Black Pearl offre plusieurs récoltes successives, appelées « flushs », sur le même bloc. Résistant et productif, il est apprécié pour sa croissance rapide et sa capacité d'adaptation aux petites structures ou à la culture domestique.

récupéré les premiers Kiwis de la saison. Pile poil pour les nouveaux paniers du contrat d'automne.

PATATES DOUCES RAMASSÉES

En début de semaine, j'ai fini de ramasser les 3 lignes de Patates douces qui étaient dans la serre. La récolte a été correcte, il y a eu environ 300kg de ramassés. L'immense majorité des Patates sont des Patates douces violettes. Il y a quelque Oranges et quelques Blanches, mais au final, très très peu.

Petite mauvaise nouvelle, les Patates ont quasiment toutes été attaquées par des petits campagnols. Tous les rongeurs sont extrêmement friands de ces tubercules très sucrés, ils font même leur "nid" à proximité des plants de Patates douces et profitent du couvert de proximité. Si jamais vous avez quelques Patates légèrement grignottées, retirez soigneusement la partie attaquée et faite bien cuire les

tubercules.

Il reste une planche à ramasser à l'extérieur, mais je crains que la récolte soit bien moins généreuse sur cette seconde partie.

PLEUROTUS BLACK PEARL



Il y a 15 jours, j'ai reçu un nouveau lot de ballots de culture de champignons. Parmi eux, il y avait les classiques Pleurotes gris et le déjà connu Hydne hérisson (le champignon à l'allure de Chou-fleur). Il n'y aura pas beaucoup de ces derniers, mais j'espère pouvoir le faire découvrir à ceux qui n'ont pas encore eu la chance d'en avoir. Enfin, la troisième variété reçue est le Pleurote Black Pearl. Un croisement heureux entre les Pleurotes gris et les Pleurotes Eryngii. Un superbe croisement qui tire le meilleur des 2 variétés. Vous devriez pouvoir en bénéficier dans vos paniers cette semaine.



VOTRE PANIER CETTE SEMAINE

Tomates, encore des Tomates, toujours des Tomates ... Nous sommes en novembre et elles donnent encore beaucoup et sont toujours aussi bonnes. Merci à ce bel automne indien !

Paniers à 11€

- des Tomates
- du Potimarron
- des Chayottes

Paniers à 16€

Le même contenu que le panier à 11€ avec plus de chaque légume.

Panier à 22€

Le même contenu que le panier à 16€ avec plus de Potimarrons et de Chayottes et en plus quelques des Poivrons Doe Hill.

Panier à 28€

Le même contenu que le panier à 22€ avec plus de Potimarron, de Chayottes et de Poivrons Doe Hill et des Pommes de terre grenailles en plus.