

La Courgette bavarde

JOURNAL TRIMESTRIEL DE L'ASSOCIATION LA COURGETTE SOLIDAIRE

N°3 - Avril-mai-juin 2012



Faire-part de naissance



Dans l'atelier de production de pâtes de Roi Hendel, à Bagnolet

Avec le printemps, une nouvelle AMAP vient d'éclorre : la Coquillettes Solidaire propose des pâtes artisanales fraîches et sèches, farines et légumineuses bio en provenance de Bagnolet. L'atelier « Ici : l'épicerie locavore », a été créé par Roi Hendel, un ancien cuisinier passionné et ses trois partenaires, dans une démarche éthique. Ils produisent leurs pâtes à partir de céréales cultivées en Île-de-France et avec un meunier de Seine-et-Marne. Et ils rêvent de réintroduire des blés anciens. La traçabilité est parfaite et la qualité des pâtes est réelle car, outre celle de la matière première, les pâtes sont séchées plus longtemps et moins fort que les pâtes ordinaires et conditionnées à la main.

Pour la première saison, le contrat propose 4 distributions d'avril à juillet 2012 le premier mardi du mois (sauf jours fériés), à partir du 3 avril.

En avril également la Biquette Solidaire entame sa saison 4. Beaucoup d'amapiens connaissent déjà ses délicieux fromages ! Et pour la Tomate Solidaire, c'est le début de la saison 5.

Chaque année nos producteurs proposent une journée découverte ou demandent un coup de main : c'est l'occasion de mieux les connaître et de voir les produits que nous consommons sur leur site de production. La plupart de nos AMAP proposent des visites à la ferme en mai et juin, alors consultez vite la rubrique agenda de cette newsletter.

Lucie Ferrandon

L'ACTU DES AMAP LILASIENNES



Le Poivron Solidaire

Depuis le 1er février, les horaires de distribution ont été décalés de 19h à 20h30 afin de simplifier la tournée de Willy entre les différentes AMAP de Thierry. Les distributeurs, eux, arrivent désormais à 18h. C'est la belle saison, il fait bon dans le local, pensez à vous inscrire pour une distribution !



La Tomate Solidaire

Les inscriptions pour la saison 5 sont ouvertes jusqu'au jeudi 12 avril pour les adhérents de la saison 4. Le contrat est en ligne sur le site web et les distributions débuteront le jeudi 3 mai

A noter : pas de distribution le 17 mai. Visite de la ferme le samedi 5 mai.



La Cocotte Solidaire

JB Brunet va recevoir un lot important de nouvelles pondeuses et a prévu 35 % en plus comme marge de manoeuvre. Les livraisons ont repris 2 fois par mois depuis mars et 2 doubles distributions d'œufs supplémentaires sont prévues en mai. Solde des volailles le 3 mai, préparez vos chèques.

A noter : saison 5 de juin 2012 à mars 2013. Contrat disponible à partir du 07/04. Inscriptions jusqu'au 30/04 pour adhérents et intermittents et du 01 au 20/05 pour tous.



Le Verger Solidaire

Les nouveaux contrats seront proposés fin mai. Réfléchissez à votre réengagement et parlez-en autour de vous car il faut suffisamment de corbeilles pour préserver Bernard. Petit rappel : fruit malmené se conserve mal, alors délicatesse lors des distributions ! Vœux printaniers de Bernard : couleurs et bonne mine !

A noter : prochains partages de récolte le 10/04, le 26/04 (à confirmer) + une dernière date à planifier en fonction de la maturation des cerises. Sans oublier la journée portes ouvertes au verger le 13 mai pour tous les amapiens.



L'Abeille Solidaire

Le 6 mars dernier, les adhérents ont pu s'approvisionner en pain d'épices et plusieurs variétés de miels. Un des plus goûteux est le miel de châtaignier : brun, crémeux, rustique avec un peu d'amertume, il active la circulation du sang, aide à lutter contre la fatigue et l'anémie. Quand on peut joindre l'utile à l'agréable !

A noter : dernier rendez-vous de la saison le 5 juin. D'ici là, une visite au Rucher des 3 Vallées est prévue, probablement en mai.



La Biquette Solidaire

La Biquette reprend du service pour la 4ème saison ! Les livraisons iront d'avril à novembre 2012, à raison d'une fois par mois. Tout va bien pour Laurence, les chèvres sont en pleine forme. Une visite de sa chèvrerie sera proposée en mai ou juin.

Dates de livraison : les jeudis 05/04, 03/05, 07/06, 05/07, 02/08, 06/09, 04/10 et 01/11.



La Coquillettes Solidaire

La dégustation du 7 février a eu un grand succès et les délicieux produits proposés à l'essai ont tous été vendus. En conséquence, la Coquillettes est née ! Elle propose un contrat portant sur pâtes fraîches et sèches, lentilles et farines à pain avec livraison le 1er mardi du mois (sauf jours fériés) d'avril à juillet 2012.

Dates de livraison : les mardis 03/04, 15/05 (attention, changement de date par rapport au contrat), 05/06 et 03/07.

LE MONDE DES AMAP

Retour sur l'AG du réseau des AMAP d'IDF

Le 11 mars dernier, 5 adhérents de la Courgette Solidaire ont représenté nos AMAP à l'AG du réseau AMAP Île-de-France.

60 AMAP étaient représentées (sur 160 adhérentes du réseau et 260 recensées dans la région), aux côtés de 12 producteurs (sur 35 adhérents et 100 identifiés en IDF). Parmi ces derniers, Jean-Luc Mathieu de la Tomate et Bernard Vincent du Verger.

Pour continuer l'essaimage et le renforcement du système AMAP, outre les nouvelles pistes proposées, une participation financière des AMAP adhérentes est appelée à croître pour réduire la dépendance aux subventions.

Par ailleurs, le développement des « interamap » (par affinité géographique ou autour d'un producteur), la création d'outils communs, l'organisation de rencontres, d'une fête annuelle, de stages et formations feront partie des objectifs du réseau.

Ce dernier est animé par un collectif de bénévoles de différentes AMAP ainsi que par 3 salariés.

Et comme un temps d'échanges aussi riche ne peut se résumer en quelques lignes, Vincent nous a concocté un compte-rendu en ligne sur le site web.

« Non conventionnel », un film de Pierre Stoeber

Pierre Stoeber, membre fondateur de la Courgette Solidaire, vient de réaliser un court documentaire sur les gaz de schiste.



Son héros, membre d'une AMAP, décide d'aller voir son maraîcher en Seine-et-Marne, afin de comprendre comment un puits de pétrole pourrait bien empêcher les tomates de pousser... Le

début du film a pour cadre une distribution du Poivron Solidaire. Les prochaines projections de ce film seront annoncées par mail.

Réseau d'Environnements Créatifs, à Bagnolet

L'association bagnoletaise R.E.C, créée en 2009, favorise le développement de projets, notamment dans le domaine de l'économie sociale et solidaire et de l'environnement.

Elle a mis en place la « Champi-coop », à deux pas des Lilas, au parc du Château de l'Étang. Cette coopérative entame sa deuxième saison de production de pleurotes. Elle rassemble une quarantaine de membres, parmi lesquels des adhérents des AMAP des Lilas.

Maquette et rédaction :

Caroline Barjon

lacourgettesolidaire@gmail.com

Ont contribué à ce numéro :

Lucie Ferrandon, Marie Le Corre, Pauline Coste, Adeline Coulanges
Vincent Hangard, Hélène Laloy

Retrouvez toutes les informations de l'association sur :

www.lacourgettesolidaire.fr / [facebook.com/lacourgettesolidaire](https://www.facebook.com/lacourgettesolidaire)

AGENDA

RÉ-INSCRIPTIONS

Samedi 7 avril 2012 : ouverture des inscriptions pour la **saison 5 de la Cocotte Solidaire**.

Jeudi 12 avril 2012 :

Date limite pour s'inscrire à **la saison 5 de la Tomate Solidaire** pour les adhérents de la saison 4.

Lundi 30 avril 2012 :

Date limite pour s'inscrire à **la saison 5 de la Cocotte Solidaire** pour les adhérents de la saison 4.

VISITES CHEZ LES PRODUCTEURS

Samedi 5 mai 2012 :

Visite de la ferme de Jean-Luc Mathieu, producteur de la Tomate Solidaire, dans la Marne (51).

Dimanche 13 mai 2012 :

Journée portes ouvertes au verger de Bernard Vincent (producteur du Verger Solidaire), à Jutigny, dans le 77 (train depuis la gare de l'Est jusqu'à Longueville).

Mai 2012 (date à définir) :

Visite du Rucher des Trois Vallées, chez Rémi Gamet (apiculteur de l'Abeille Solidaire)

Juin 2012 (date à définir) :

Fête des AMAP de Thierry Leleu (producteur du Poivron Solidaire), à Coubron (93).

Toutes les dates de distribution sont sur le calendrier du site web, au bas de la page d'accueil :

<http://lacourgettesolidaire.fr/#calendar>

LÉGUMES RETROUVÉS

Le lentillon de la Champagne

Saviez-vous que le lentillon (ou « lentille de la reine » ou encore « lentille de printemps ») que les adhérents de la Tomate ont eu dans leur panier existait déjà dans l'antiquité égyptienne ? En France, il aurait pu disparaître mais une 20aine de passionnés comme Jean-Luc Mathieu lui ont redonné une seconde vie. La nature du sol champenois lui vaut une saveur douce et sucrée. Riche en protéines, il se cuisine comme des lentilles.