



Bulletin de l'AMAP de Capucine

Bulletin de l'AMAP de Capucine

n° 34 - Décembre 2007

La vie de la Fermette

Après les lettres, les chiffres...

Bien sûr cela fait une coquette somme, celle reçue à l'issue des distributions !

Démonstration de l'escalope de veau

Pour y parvenir, il faut déjà un veau ! Donc une vache, et il faut compter 9 mois de gestation et 5 mois environ de croissance du veau. Soit environ 3 tonnes de foin (je ne compte pas l'herbe mais on pourrait y revenir)

Il faut compter au moins un hivernage dans le hangar dont le prix de revient est de 150€ le mètre carré. En continuant plus dans le détail, je pourrais citer les assurances, le fuel, l'entretien des machines... les frais d'abattage. Sachez que l'équilibre devrait pouvoir se faire d'ici l'an prochain, dites-le à mon banquier...

Mais pour revenir à ma démonstration, sachez que l'escalope, il ne faut pas en faire des pages mais la faire à peine cuire et la savourer !

Mathieu



Les jeunes cochons et l'âne de La Fermette



Photos
d'Alysée Bernard-Rose
8 ans

Sur vos agendas...

Attac Vosges propose cette année « Entrée libre », une série de projections-débats. Chacun des thèmes des documentaires choisis possède une dimension locale, nationale et mondiale.

Les Rendez-vous à la Mairie de Moyenmoutier

Lundi 21 janvier 2008 : « Hôpital au bord de la crise de nerfs »

Lundi 11 février 2008 : « Le Bien Commun : l'assaut final »

Lundi 17 mars 2008 : « LOBBYING au-delà de l'enveloppe »

Lundi 7 avril 2008 : « La double face de la monnaie »

Lundi 5 mai 2008 : « Alerte à Babylone »

Les Rendez-vous à la MJC Louise Michel de Saint-Dié

Mercredi 5 décembre 2007 : « Hôpital au bord de la crise de nerfs » à 20 heures

Mardi 29 janvier 2008 : « Femmes Précaires » à 14 heures à 20 heures

Mardi 4 mars 2008 : « Le Bien Commun : l'assaut final » à 20 heures

Mardi 1er avril 2008 : « La double face de la monnaie » à 14 heures 30 à 20 heures

Mardi 6 mai 2008 : « LOBBYING au-delà de l'enveloppe » à 20 heures

Mardi 3 juin 2008 : « Alerte à Babylone » à 20 heures

Les Rendez-vous au CPIE de Lusse

Mardi 18 décembre 2007 : « LOBBYING au-delà de l'enveloppe »

Mardi 15 janvier 2008 : « Femmes précaires »

Mardi 15 février 2008 : « Hôpital au bord de la crise de nerfs »

Mardi 11 mars 2008 : « Le Bien Commun : l'assaut final »

Mardi 8 avril 2008 : « Alerte à Babylone »

La découpe de la viande à la Fermette

Elle est faite par un boucher qui répond à mes exigences et me conseille sur les différents morceaux. Il est possible que cela ne vous convienne pas. Faites-moi le savoir !

En ce qui concerne les côtes d'agneau, elles sont doublées : en effet, le poids des carcasses étant un peu faible, il est plus judicieux de conserver des morceaux de taille plus raisonnable que minuscule...

Mathieu

Les Jardins de Sotrés

Le champ de Karine est labouré et se repose dans l'espoir d'une prochaine saison plus favorable. En attendant, elle a planté des arbres fruitiers, elle fait du bois et est en pleine préparation des marchés de Noël (prochaines dates : Autmontzey le 2/12, Brouvelieures le 9/12).

Elle propose des coffrets dégustation et des paniers garnis de ses sirops, confitures et tisanes. Orange à la cannelle, fleur de pissenlit, souci, mûre, coing, potiron à l'orange, reine des prés et plein d'autres parfums à découvrir ou à offrir !

Karine Huguenot 06-83-07-34-81

La vie de la Ferme de Capucine

Petit à petit, nous allons vivre la disparition des paysans dont l'objectif est la sauvegarde de la biodiversité et la qualité. Certains peuvent penser que la ferme de Capucine est en difficulté, mais ni plus ni moins qu'un bon nombre d'autres fermes qui vivent grâce à des subventions allant de 30% à 70%. A ce jour les grosses porcheries vont très mal, à cause de la chute du cours de la viande de porc et l'augmentation de l'énergie et des aliments. Pour finir, on n'est pas si mal à la ferme de Capucine, car l'avantage que nous avons c'est notre diversification et notre souplesse d'adaptation. Pour les gros élevages en monoculture, à un moment donné, il n'y plus qu'une solution "cessation de paiement", être racheté par le groupe agro-alimentaire qui fournissait les aliments et s'il a de la chance il pourra devenir l'ouvrier de ces firmes.

Vous avez découvert dans les derniers bulletins notre obligation de réorienter nos activités. Depuis les pluies abondantes de l'automne dernier et l'hiver très humide, nous nous posons la question : est-ce que le porc plein-air est vraiment adapté à la région ? La réponse est non, ce n'est certainement pas pour rien si l'élevage de porcs plein air n'a jamais existé dans notre région et que ces élevages sont plutôt du Sud-Ouest ou du Limousin, avez vous vu l'hydrométrie dans ces secteurs ?

L'éloignement des terres par rapport à la ferme crée un surcoût important en gazole et entretien du véhicule. Le fait de travailler avec des races rustiques qui mettent un an pour s'engraisser crée un surcoût important et en Gascogne ou Pays Basque, ils valorisent leurs porcs avec beaucoup de charcuterie.

Il serait simple d'améliorer la rentabilité, en élevant du porc hybride 2000 en 6 mois comme le cahier des charges l'autorise en semi liberté. On pourrait même baisser le prix du kg de viande mais le résultat dans l'assiette serait différent et ce n'est pas le genre de la maison...

Donc dans les résultats chiffrés avec Philippe et Dominique, rien d'inquiétant. De nombreuses fermes sont dans la même situation et la solution étant la diversification, c'est ce que nous faisons avec la table paysanne, l'accueil social et peut-être d'autres projets.

La grande question est qu'allons-nous manger demain et que vont manger nos enfants si nous, consommateurs et producteurs, ne réagissons pas ensemble ??

Jeanine et Pascal



natureva
biologique
diététique

Merci le réseau...

Natureva propose, sous forme de vente à domicile, un certain nombre de produits d'entretien, de soins corporels (toilette, soins corps-visage, maquillage), de textiles (sous-vêtements et vêtements homme/femme/bébé, linge de toilette, linge de lit).

Les textiles sont tous en coton bio et label Max Havelaar : le coton est produit en Inde (régions Pradesh et Maharashtra), il est totalement transformé sur place jusqu'au produit fini (réduire au maximum les transports) dans les conditions de respect des règles sociales du travail chez l'agriculteur et sur la chaîne de fabrication. Toutes les teintures sont végétales, pas de blanchiment au chlore, pas de colorants azoniques ou dangereux par leur teneur en métaux lourds (marques Jardin Bio, Aqua Natura, Bio coton). Les produits d'entretien : écologiques, biodégradable, contrôlés Ecocert (marques Ecodoo, Douce Nature, Etamine du Lys, Kitz...) Les produits de soins : une large gamme de produits labellisés bio (Cosmebio, AB), tous sont garantis sans additifs de synthèse tels que conservateurs ou colorants et ne font pas l'objet de tests sur les animaux.

Christine HACQUARD rue du 8 mai 88520 Ban de Laveline
Tel/Fax : 03 29 57 37 41 ou 06-83-14-42-87

natureva.hacquard@laposte.net

Comment servir du "sanglier" élevé par Pascal ...

pour 5 personnes

1,200 kg de cochon (échine épaule...) coupé en morceaux de 5x5 cm environ

Les faire mariner 24 h dans du vin blanc avec épices : genièvre, thym, origan, sel, poivre, 2 cuillères à soupe de bon vinaigre, un peu de coriandre en grain, laurier, 1 carotte en julienne, 2 oignons en rondelles, 4 clous de girofle, muscade, ail. Dans une cocotte, faire revenir à feu vif dans un mélange huile d'olive et beurre les morceaux jusqu'à prise de couleur.

Jeter le corps gras et remettre de l'huile fraîche, baisser le feu, remettre les morceaux de viande, prendre un pot de tapenade et en singer la viande (à feu doux) qui doit prendre une couleur de gibier bien foncée.

Au bout de 5 à 8 minutes, ajouter la moitié de la marinade avec la carotte et les oignons. Laisser réduire de moitié à feu doux (environ 1/2 h) et ajouter le reste de la marinade. Laisser cuire 1 h environ jusqu'à obtention d'une sauce nappant la cuillère.

A servir avec des pâtes fraîches, marrons, pommes vapeur.

A accompagner plutôt par un rouge assez puissant, malgré la cuisson au vin blanc.

Si l'on préfère la viande en daube même procédure mais avec du vin rouge.

D. Hallez

Côté cuisine