Août 2009
2009ko agorrila

Ollopipitaren berriak

n°2

Zer da berri ?
Egünkari hontan, gure baratzezainak biologiko moldealat igaraiteko jarraiki behar diren ürratsak esplikatüko deizgü.
Baratzeki zonbaiten ekoizpenerako epeaz xehetarzünak dütükegü.
Güttitan jaten dügün baratzeki bat ezagütüko dügü.
Küiatto eta "mühüilü edo anetaren" prestatzeko errezetak dütükegü.
Agendari kasü eman ezozüe , jüntatzeko parada izanen beita.

Quoi de neuf ?
Dans ce numéro, notre maraîcher nous explique quelle est la procédure pour passer en bio.
Nous aurons des précisions sur la durée de production de certains légumes.
Nous découvrirons un légume pas comme les autres .
Vous trouverez de nouvelles recettes pour cuisiner courgette et fenouil.
Attention à l'agenda : de nouvelles occasions de se réunir arrivent.

Le coin du maraîcher/ Baratzezainaren kanttua

La conversion en agriculture biologique
(entretien avec notre maraîcher)

Anthony a choisi de se certifier en agriculture biologique pour produire du bio en faisant partie d'un réseau (adhésion à la fédération nationale d'agriculture biologique) et être transparent avec les consommateurs.

Les étapes à suivre :
1) La certification : notre maraîcher a signé un contrat avec un organisme certificateur (*Ecocert*). Cet organisme vérifie que le producteur respecte un cahier des charges. Ce cahier est défini par le règlement européen (n°834, 28 juin 2007, http://www.ecocert.fr). Plusieurs contrôles par an sont effectués sur l'exploitation (factures, semences, engrais, analyses en laboratoire d'échantillons de légumes).
2) Une période de conversion de 3 ans :
-1ère année : obligation de respect du cahier des charges sans mention bio sur les produits ;
-2ème année : le producteur peut spécifier qu'il est en conversion bio sans mention du logo « AB » sur les produits ;
-3ème année : le producteur a le droit de vendre avec le logo « AB ».

Les contrats avec Ecocert sont annuels et renouvelés par le producteur qui paye l'organisme pour être contrôlé (400 €/an).

Vous retrouverez les photos de l'exploitation sur le blog http://ollopipita.canalblog.com/

Aziatik zietalat/ De la graine à l'assiette

La production des légumes varie selon la variété, la météo, et surtout la saison. Le tableau ci-dessous vous donne une idée de la planification du travail de notre maraîcher…

Légume	Durée « plantation/semis» → récolte
Radis	3 semaines
Salade	1 mois ½ à 8 mois
Courgette	3 mois
Carotte	4 à 6 mois
Cardon	8 mois
Céleri rave	8 mois

Agenda

Lundi 31 août : distribution de 18h30 à 19h au marché couvert suivie de la **réunion-bilan « premier contrat » à 19h00** (après la distribution) à la salle multiservices de Tardets

Fin août- début septembre (un après-midi) **Récolte des pommes de terre** : tous les amapiens disponibles pour aider notre maraîcher seront les bienvenus. Connectez-vous à http://www.doodle.com/cxf8gse5axzdxsxw pour vous inscrire.

Dans nos assiettes / Zietetan

Courgettes farcies façon Edwige

Pour 4 personnes :
4 courgettes, 2 tomates, 2 œufs
2 cuillères à soupe de farine, 60g de gruyère râpé
3 cuillères à soupe de crème fraîche
6 cuillères à soupe de chapelure ou miettes de pain rassis
Basilic, gingembre, paprika, cumin, sel, poivre (selon les goûts)
Raisins secs -Huile olive -1 oignon – ail

-Évider les courgettes coupées dans le sens de la longueur ;
-Faire revenir la chair hachée dans un peu d'huile avec l'oignon, les raisins, les tomates ;
-Ajouter l'ail, les herbes et les épices au mélange ;
-Mélanger les œufs, puis ajouter la farine, ajouter un peu de gruyère, la chapelure et la crème fraîche ;
-Mélanger les deux préparations et verser le tout dans les courgettes évidées ;
-Saupoudrer de chapelure et de gruyère ;
-Mettre à four moyen pendant 30-45 minutes
Astuces : On peut mettre auparavant les courgettes évidées seules au four pendant 10 minutes pour les rendre plus tendres. On peut aussi ajouter d'autres légumes hachés finement et mettre moins de chair de courgettes.

Salade de fenouil façon Isabelle

2 fenouils bulbe, 2 cuillères à soupe d'huile d'olive, 1 citron, sel.

Lavez le fenouil.
Retirez les tiges et hachez les plu mets verts.
Coupez le fenouil en quatre, puis émincez-le finement au couteau ou avec une râpe.
Déposez le fenouil râpé dans un saladier.
Assaisonnez-le avec l'huile d'olive, le jus du citron, du sel et les plumets hachés.

Tagliatelles au fenouil façon Pascale

Pour 4 personnes :
500g de tagliatelles fraîches, 2 bulbes de fenouil,
40 g de beurre, thym, 2 cuillerées à soupe d'huile d'olive, sel et poivre.

- Nettoyer les bulbes de fenouil en conservant les plumets verts. Couper les bulbes en tranches et détacher les anneaux.
-Mettre le fenouil à dorer dans l'huile chaude, saler, poivrer, ajouter thym et laisser cuire à feu doux pendant 15 min environ.
-Faire cuire les tagliatelles dans de l'eau bouillante salée et huilée.
-Égoutter et ajouter le beurre. Répartir les pâtes dans les assiettes, ajouter le fenouil et décorer avec les plumets ciselés.
Servir très chaud.

Kezako ? / Zer da ?

Tout est bon dans le fenouil !
On appelle souvent à tort le fenouil « **anis** » ou « **aneth** », à cause de leur ressemblance. Mais seul le fenouil est employé comme légume.

Ce que nous nommons « bulbe » est en fait la base (charnue) des feuilles de ce légume qui sont imbriquées les unes dans les autres.
Tout est bon dans le fenouil, ou presque.
Nous consommons son « bulbe » (cru ou cuit) ainsi que ses tiges, ses feuilles et ses graines (condiments).

Les feuilles extérieures du bulbe se dégustent crues, en **lanières** à tremper dans une sauce, **émincées** en salade, **râpées** sur un plat de pâtes.
Cuit une dizaine de minutes à la vapeur, il constitue une **garniture** idéale pour les poissons et les viandes telles que le veau et l'agneau. Il se marie aussi très bien aux carottes, céleri et oignons. On peut également le préparer en **gratin** ou encore en **soupe**.
Le fenouil se prépare aussi **braisé**, dans du beurre, avec un peu de sucre qui le fait doucement caraméliser. On peut le glisser dans les **papillotes** ou le faire **compoter** avec de la tomate et de l'huile d'olive.

Il paraît même qu'il est aussi délicieux dégusté en **dessert!**

Kikan / Nork noiz

Responsables distribution (18h15-19h30)
Les responsables de la distribution doivent arriver pour 18h15 afin de mettre les légumes en place avec Anthony.

Lundi 17 août :
Pourillou Patricia et Mathieu
Pribat Monique

Lundi 24 août :
Althabégoity Poyo et Odile
Aguer Sylvie et Arnaud

Lundi 31 août :
Liparelli Dominique
Uthurry Daniel et Maylis

Lundi 7 septembre:
Althabégoity Poyo et Odile
Aramburu Pascale

Lundi 14 septembre :
Arhancet Joana
Barbot Edwige

Lundi 21 septembre :
Barrat Frédérique et D'Hulst Bertrand
Basterreix Mayoye