

Newsletter du blog REGAIN de l'Esterel - <http://regaindelesterel.canalblog.com/>

Date de publication : 22 septembre 2009 - 22:22

Focus sur l'association Intelligence Verte

Nous vous invitons à découvrir ou tout simplement à lire la dernière "newsletter" de l'[association Intelligence Verte](#)

Rappel : l'AG de Regain est samedi prochain à 17h00 ("[A noter sur vos agendas](#)" a été actualisé)

date 21 septembre 2009 01:36

objet Comment cuisiner mieux et moins cher - Journal Intelligence Verte Septembre 2009

Cet email est au format HTML, si vous avez des difficultés à le lire correctement, copiez ce lien directement dans votre navigateur web : <http://www.intelligenceverte.org/z763.asp>

Sommaire

- [Plus que quelques jours avant le Retour à la Terre](#)
- [Cuisinez mieux moins cher ?](#)
- [Pénurie de vrais légumes !](#)
- [Un livre rare sur le lupin](#)
- [Manger à l'exterieur coûte cher !](#)
- [Fermes à reprendre](#)

Evénements

Plus que quelques jours avant le Retour à la Terre

Retour à la terre ! S'agit-il de se réfugier à la campagne ? ou d'avoir un comportement éthique envers la nature et les derniers paysans ?

Faut il rester en ville ou s'établir en zone rurale pour préserver sa santé?

Comment faire pour avoir un **agriculteur bio près de chez soi** et manger des produits sains ?

Nous chercherons tous ensemble des solutions pendant les [Entretiens de Millancay](#) les 2,3,4 octobre

En même temps nous nous ferons plaisir dans une ambiance conviviale et festive.

Quoi de neuf ?

Cuisinez mieux moins cher ?

Ras le bol de payer cher pour toujours **manger la même chose** ?

Apprenons à cuisiner autrement en bio tout en nous faisant plaisir...

Semaine après semaine, notre abonnement [Nouvelle Cuisine Bio](#) vous donne des recettes savoureuses, des astuces et des infos, et vous montre comment il est possible de **manger de la qualité sans dépenser plus...**

Suivez nous dans l'aventure, nous **vous guidons pas à pas** et tout en douceur.

Osez changer, osez varier, cliquez sur : [Nouvelle cuisine bio](#)

Santé

Pénurie de vrais légumes !

Quelle est la définition d'un vrai légume ?

Cultivé en plein champ, sans produits chimique de synthèse et avec l'aide de la traction animale.

Ceux qui consomment ce genre d'aliments sont des **privilegiés du goût et de la santé**.

Comment en faire profiter plus de monde ?

Comment faire face à la pénurie de maraicher ?

C'est l'expérience que tente la [ferme bio de Ste Marthe](#) et dont nous parlerons le dimanche 4 octobre matin aux [Entretiens de Millancay](#)

Ecologie

Un livre rare sur le lupin

Certains s'intéressent au lupin ; les informations et spécialistes sur ce sujet sont rares.

Intelligenceverte a encore quelques exemplaires du livre rare le [lupin](#) écrit par Philippe Desbrosses et des amis.

Voici donc des nouvelles d'**André Goudin un autre pionnier du lupin** depuis plus de 20 ans : vous pouvez le questionner sur son site [agroenvironnement](#).

ConsomActeurs

Manger à l'exterieur coûte cher !

Parce que manger à l'extérieur coûte de plus en plus cher.

Parce que la cantine ou le petit troquet du coin ne sont pas toujours « **top santé** » ...

Avec Nomad vous allez pouvoir déguster vos plats préparés à la maison avec les **ingrédients et les quantités** que vous aurez choisis.

Enfin un bon moyen pour [manger bio et économique](#) à l'extérieur !.

Annonces

Fermes à reprendre

Je suis coordinateur d'une AMAP en Charente Maritime à coté de La Rochelle. Nous recherchons

- un couple pour assurer une production viande et céréales.
- un maraîcher pour mettre en place une nouvelle exploitation.

Aucun soucis de commercialisation, le réseau local des AMAP absorberai la globalité de la production avec quelques cantines scolaires qui souhaitent passer au bio.

Contactez Bertrand RHEIN amap17@mac.com

Vous aussi, [créez votre blog dès maintenant](#) ! C'est gratuit.