



# AMAP « Bons Légumes et Compagnie »

## Association pour le Maintien de l'Agriculture Paysanne

### Lettre d'infos n°4 - mai 2011

#### Etat des lieux des paniers au 27/05/2011.

Paniers du mardi : ( 11 paniers )

Grand panier : 108,35 euros

Petit panier : 73,95 euros

Paniers du vendredi : ( 11 paniers )

Grand panier : 109,75 euros

Petit panier : 74,85 euros

#### A vos agendas !

**L'Atelier cuisine animé par Virginie et Magali se déroulera le dimanche matin 12 juin à la salle des fêtes d'Usseau.**

**Pensez à vous inscrire !**

Parce que les choses simples sont souvent les meilleures !

#### Radis au beurre de fanes

pour 4 personnes

100g de beurre

2bottes de radis rose

sel de Guérande

poivre du moulin

- Nettoyez soigneusement les radis en coupant les tiges, les queues ensuite.
- Conservez les fanes à part.
- Fendez chaque radis en quatre puis réservez-les au frais.
- Passez le morceau de beurre une minute au four à micro-ondes pour le ramollir ; puis fouettez-le bien pour le blanchir au maximum.
- Lavez les fanes à grande eau et mettez-les à cuire 2 minutes dans une casserole d'eau bouillante salée.
- Plongez-les alors dans un récipient contenant de l'eau glacée.
- Egouttez-les, passez-les au mixeur puis au tamis de façon à obtenir une purée bien lisse.
- Incorporez au beurre ramolli.
- Ajoutez au sel de Guérande puis du poivre du moulin et servez avec les radis.

#### Que se passe-t-il au jardin ?

##### Des nouvelles du jardin par Dominique

Tout bouge actuellement au jardin.

Carottes, panais, scorsonères sont semés.

Les betteraves rouges seront semées plus tard cette année afin d'éviter qu'elles soient trop grosses.

Quelques poireaux vont être plantés en mai, les autres fin juin. Les choux de Bruxelles et les choux pommes vont être plantés à la mi mai .

Vos légumes d'hivers sont donc d'ors et déjà en place . Ils arriveront dans vos paniers après de nombreux arrosages et binages !

Les haricots verts naissent, d'autres sont en fleurs.

Quelques brocolis et choux fleurs sont en place en extérieur, quelques uns vont être plantés en serre.

Les courges et les melons seront sans doute installés quand vous lirez ces lignes.

Les tomates vont bon train et seront vraisemblablement dans vos paniers plus tôt que d'habitude. Quelques nouvelles variétés vous seront proposées cette année ainsi que des tomates variées.

Les courgettes sont formées, les concombres en fleur.

Poivrons et aubergines avancent. Cette année je vous proposerai un peu plus de poivrons doux des Landes qui semblent avoir été appréciés l'an passé.

Les aubergines seront en majorité des longues violettes mais quelques blanches rondes seront aussi disponibles.

Fèves et pois arrivent. Les pommes de terres nouvelles, classiques et rates aussi.

Les autres pommes de terre sont en bonne voie.

Des salades sont plantées régulièrement.

Les conditions climatiques m'obligent à arroser , notamment les semis. Cette année, malgré la dérogation accordée aux cultures maraîchères, nous devons respecter un quota d'eau et n'arroser que la nuit (les cultures céréalières sont en arrêt total sur le secteur) .

#### L'adhérent du mois : Benoit Suraud

(membre du bureau)

Nom : SURAUD

Prénom : Benoît

Age : 34 ans

Habite à Niort

Adhérent de l'Amap depuis janvier 2011

Légume préféré : le radis noir :-))

Loisirs : mer, vent, randonnées à pied et à moto, golf.

Motivation d'adhésion à l'AMAP : convaincu que

l'écocitoyenneté passe notamment par une solidarité entre des producteurs écologiquement responsables et des consommateurs prêts à remettre en cause leur mode d'achat, je souhaitais adhérer à une Amap pour contribuer à une agriculture raisonnée locale.

**N'oubliez pas de visiter le blog de l'AMAP**

<http://bonslegumes.asteur.fr>

Pour nous joindre : [lesbonslegumes@gmail.com](mailto:lesbonslegumes@gmail.com)