

## Groupe Cresson

Proposée par le groupe Cresson,  
**Recette de la SALADE DE POMMES ET CRESSON**  
2 pommes vertes épépinées et coupées en quartier  
250g de cresson  
½ oignon rouge en tranches  
3 c à soupe de ciboulette ciselée

150 g de bleu d'Auvergne  
4 c à soupe de vinaigrette  
Mélangez le tout. Ajoutez la vinaigrette juste au moment de servir.  
(Le cresson se marie très bien avec des légumes un peu sucrés)

## Groupe Volailles Charles Monville

Ca y est !!!  
C'est parti pour un bail !

**La ferme bio**, élevage de volailles,



**va voir le jour sur la plaine de Favreuse à Bièvres.**

A compter de janvier, 4 ha seront dédiés à l'agriculture biologique sur la commune de Bièvres : les terres appartiennent à la Région Ile de France et sont gérées par L'Agence des Espaces Verts (établissement public mettant en œuvre la politique « verte » de la Région Ile-de-France).

Timing : D'ici quelques semaines le bail sera signé. En novembre & décembre selon la météo, la parcelle sera délimitée et le sol sera préparé pour la plantation des haies champêtres et des bosquets avec pour objectifs : de recréer des abris et de la nourriture pour la faune locale, d'aménager des brises vent, et de protections

du soleil pour le bien être des volailles, de paysager les abords de la ferme. En janvier (si les délais

administratifs sont respectés) : début des travaux de construction du bâtiment de stockage, rapatriement des bâtiments d'élevage (actuellement stockés en Touraine), accueil des premiers poussins sur le site (afin d'assurer une première distribution mi avril 2010).

*Et... pour les fêtes de Noël !*

**Le 23 décembre 2009 en soirée, à Villiers le Bâcle, livraison des chapons et poulardes actuellement en élevage à la Bergerie Nationale de Rambouillet. Faites vos commandes aujourd'hui (bon de commande à l'accueil).**

Extrait de « l'Echo des cabanes n°3 » de Charles Monville, accessible sur [www.lesjardinsdeceres.net](http://www.lesjardinsdeceres.net)

## Produits disponibles aujourd'hui

**Préacheté par contrat** : Fromages (Brie), crème, lait – Miel – Champignons – Viande du Perche, conserves de boeuf & boeuf fumé, jus de pomme – Pommes de terre – Cresson & Tartes –

**Hors contrat** : Lentilles – Pain, cidre bouché, vinaigre de cidre, conserves de boeuf et abats – Pommes de terre (*Information Les pommes de terre de Manu et Cristiana en « hors contrat » sont en vente en sac entier (sacs de 10 à 20 kg) au prix de 1,50 euros le kilo. Le sac choisi est pesé et le prix ainsi directement déterminé, afin d'éviter les manipulations.*)

**Contrats à souscrire** : Brie, crème, lait – Boeuf, veau et porc – Champignons – Cresson – Chapons et Poulardes (distribution unique le 23 décembre) –

## Prochaines distributions : le samedi de 14h30 à 17h à la ferme Vandame

Samedi 5 décembre 2009 .

*Mercredi 23 décembre 2009 en soirée, à Villiers le Bâcle, livraison des chapons et poulardes de C. Monville*  
Puis en 2010, les samedis : 9 janvier, 6 février, 13 mars, 10 avril, 8 mai, 12 juin (et peut être 3 juillet).

## Les rendez-vous des Jardins de CERES

du 7 au 15 novembre. Salon Marjolaine au Parc Floral de Paris .

8 novembre Journées d'automne du Réseau Amap IdF.

4 & 5 décembre Colloque INRA *Nourrir la planète aujourd'hui et demain* à l'INSTN - CEA Saclay - Amphithéâtre Jules Horowitz Bâtiment 399 - Gif-sur-Yvette

### RAPPEL

**Dimanche 29 novembre de 14h à 18h**  
**Assemblée Générale Jardin de CERES**  
(au Moulin de Grais à Verrières le Buisson)



**A M A P**  
**ASSOCIATION POUR LE MAINTIEN DE L'AGRICULTURE PAYSANNE**

10 Avenue du Moulin de la Planche  
91120 PALAISEAU  
<http://www.lesjardinsdeceres.net>  
mail : [contact@lesjardinsdeceres.net](mailto:contact@lesjardinsdeceres.net)

## Lettre de distribution du samedi 7 novembre 2009 à la ferme Vandame à Villiers-le-Bâcle

*Nouvelles de nos agriculteurs partenaires, article «Se mobiliser pour Copenhague 2009», prochaines distributions et les rendez-vous CERES.*

**ON NE NÉGOCIE PAS AVEC LE CLIMAT, ON AGIT**

Ultimatum climatique

**+ 2°, - 40 % de GES, 100 milliards d'euros** voir page 2

## Dimanche 29 novembre 2009 à 14h : Assemblée générale de l'AMAP

L'AG des Jardins de CERES AMAP aura lieu au Moulin de Grais à Verrières le Buisson.

Comme les autres années nous aborderons, les aspects statutaires de l'association : activités, comptes et budgets. Nous présenterons l'avancement et les budgets des projets en cours : La ferme des Rinsolles à Verrières le Buisson, l'étude de faisabilité d'approvisionnements en circuit courts et nous aborderons la question de l'OIN.

Nous avons souhaité inviter des portes paroles de mouvements engagés dans l'écologie et la solidarité. Nous aurons le plaisir d'accueillir Jean Yves LESTIME,

de «Intelligence Verte» ( [www.intelligenceverte.org](http://www.intelligenceverte.org) ) qui gère la Ferme de Sainte Marthe, laquelle est un conservatoire de légumes oubliés, qui propose des formations ( Jardiner Bio) et qui organise des séminaires. Cyril DION Président du «Mouvement pour la Terre et l'Humanisme» créé par Pierre Rabhi ([www.colibris-le-mouvement.org](http://www.colibris-le-mouvement.org)) viendra échanger avec nous sur les activités du mouvement des Colibris : Sommes-nous tous des colibris ? Cette partie de l'Assemblée Générale est ouverte à tous, invitez vos amis à ces rencontres sûrement enrichissantes. Réserver votre après-midi qui se terminera par un buffet tiré du sac. François

## À la Ferme Vandame

A la ferme Vandame, un souci persiste : Toujours pas de farine pour cette distribution de novembre. Aucune solution n'a pu être envisagée avec le fabricant du moulin. Manu et Cristiana tentent une dernière négociation avec le représentant qui se déplace à la ferme ce vendredi 6 novembre.

En cas d'échec le moulin actuel pourrait repartir vers son usine de fabrication. Le CA de Cérés étudiera alors avec Manu et Cristiana quelle alternative peut être envisagée.

### Les chiffres de la récolte 2009 :

Presque 8 tonnes de pommes de terre ont été récoltées cette année par la centaine d'amapiens volontaires, donc un rendement de 16 tonnes par hectare. Détail de ces 7970 kg :

- 3100 kg d' « Altesse »,
- 2410 kg de « Franceline », et
- 2460 kg de « Mona Lisa ».

Un contrat « patates » correspond cette année à 21 kg de pommes de terre, soit 6 kg de plus que la quantité envisagée lors du pré-achat.

Comme par le passé, 1000 m<sup>2</sup> avaient été cultivés en propre par Manu et Cristiana, en supplément des contrats, pour sécuriser la récolte. Compte-tenu du très bon rendement, Manu et Cristiana disposent en propre de la production de cette surface.

2,7 tonnes de lentilles ont été récoltées en 2009. Après le nettoyage et le tri, prévu vers le 20 novembre, cela devrait représenter environ 2 tonnes de lentilles pour distribution.

## J - 41 Se mobiliser pour Copenhague

Nous vous invitons toutes et tous à signer et faire signer l'appel sur <http://www.copenhague-2009.com>.



Du 7 au 18 décembre 2009 se tiendra à Copenhague, au Danemark, la prochaine Conférence des Nations Unies sur les changements climatiques,

Le changement climatique ce n'est pas pour dans 20 ans, il est là ! Maintenir à +2° maximum l'augmentation de la température en 2015 c'est le seuil à ne pas dépasser pour éviter le pire scénario tel la fusion totale des calottes glaciaires.

Maintenir à +2° le réchauffement moyen de la planète n'empêchera pas des catastrophes : montée des eaux dans les grands deltas et disparition d'îles, tornades, érosion de la terre arable, incendies géants et donc des millions de réfugiés climatiques.

Il va falloir s'adapter. Alors que faire ? Se décourager ? Non car on peut encore éviter le pire, minimiser les effets, aider les pays qui vont en subir les plus graves conséquences.

• **Première urgence** : Interpeller le Président et le ministre de l'Environnement qui porteront la parole de la France à Copenhague en décembre. Les pays industrialisés doivent diviser leur consommation d'énergie par 4 ! d'ici 2050.

• **Seconde urgence** : Agir personnellement sur le chauffage, l'éclairage, l'eau, l'usage de la voiture, les achats de produits sur-emballés et / ou provenant de loin...

Le mot « décroissance » est souvent mal compris. Pourtant la croissance actuelle pille les ressources de la planète et remplit nos poubelles de déchets qu'il faut transporter et trier ; il faut surtout consommer différemment : Par exemple ne changeons pas de télévision, de voiture ou de téléphone portable en cédant aux publicités. Faisons réparer au lieu de jeter et de remplacer. Optons pour la sobriété heureuse ou la simplicité volontaire ! François

## Groupe Remises à Flots

Selon les avis d'amapiens éclairés les saucisses sèches qu'André a proposées aux volontaires présents lors du déchargement de la péniche sont aussi sublimes que les jambons qu'André a transportés sont excellents.

Pour terminer l'opération Remise à Flots 2009, le peu qui reste provenant de la différence entre les commandes et le conditionnement des produits sera proposé aujourd'hui sur un stand lors de la distribution, amapiens premiers arrivés, premiers servis.

## Groupe Champignons

Visite des caves de la Marianne : Un (petit) groupe d'amapiens s'est retrouvé samedi 17 Octobre à la champignonnière de la Marianne où Bruno Zamblera nous attendait pour nous faire visiter son exploitation. La visite des caves a été un moment convivial, et nous a permis de voir les différents types de champignons en production et de poser de nombreuses questions à Bruno, qui nous a volontiers expliqué ses techniques de culture et les arcanes de son métier.

Vous trouverez prochainement un compte-rendu de la visite, avec en particulier les besoins en lumière et chaleur des différentes espèces de champignons, sur le site web des Jardins de Ceres.

A noter : actuellement, la plus grande partie de la production de la champignonnière est destinée à des AMAP ou à la vente directe.

Danièle Gardy, pour le groupe Champignons.

*Le groupe « Liens et covoiturage » se tient toujours à votre disposition, si vous avez besoin d'être véhiculés ou en cas d'impossibilité pour retirer vos commandes le samedi. Contactez [claire.edelist@gmail.com](mailto:claire.edelist@gmail.com), 0661617246*

## Groupe Fromage et produits laitiers de la Fontaine Sainte Colombe

Les 17 et 18 octobre, Balade du goût en Seine et Marne : les portes-ouvertes organisées à la ferme et fromagerie de la Fontaine Sainte Colombe ont été un succès.

Les Boudin ont comptabilisé environ 100/150 visiteurs samedi et environ 400/450 le dimanche.

Heureusement que les AMAP se sont mobilisées pour les aider. Une vingtaine d'amapiens, seuls ou en famille sont venus samedi ou dimanche. Un ouf de soulagement pour Anne et Jean-Jacques Boudin car ils n'auraient pas pu préparer, faire les panneaux thématiques, recevoir, guider dans les visites et assurer la présence en boutique et stand de crêpes sans l'aide

des AMAP de Chelles, Jardins de Cérés, Trognons de la nation, Champs sur Marne, les Lilas, Réunion Père la chaise, Boulets fermiers et d'autres...

Pour les Jardins de Cérés, le groupe produits laitiers a apporté son aide, Blandine et Michèle samedi matin et Danièle tout le dimanche.

Voici la conclusion de Danièle :

« Bref une journée sympa qui permet clairement d'aider un peu nos producteurs et qui offre aussi l'occasion de rencontrer d'autres AMAP; je recommencerais l'année prochaine ! »

Proposée par le groupe Champignons

### Recette de choucroute polonaise

(due à Barbara Zielinska)

Ingrédients :

Version végétarienne : 1 kg de choucroute crue

1 bouteille de bière

Une bonne poignée de champignons secs

2 oignons

{ Version avec viande : On ajoute aux ingrédients précédents de la viande au choix (ou un peu de chaque, comme en Pologne) : - tranche de poitrine fumée de 1/2 cm d'épaisseur - saucisson de Toulouse - côtelettes de porc }

▪ Tremper les champignons dans un peu d'eau bouillante pendant une demi-heure.

▪ Mettre la choucroute à cuire avec la bière.

▪ Après 15 min ajouter les champignons (les couper en petits morceaux s'ils sont entiers) avec l'eau de trempage et cuire encore 20 min.

Pour la choucroute végétarienne: faire revenir les oignons hachés dans un peu d'huile et ajouter à la choucroute, cuire encore 5 min.

{ Pour la choucroute avec viande: faire revenir la poitrine en petits morceaux, ajouter les côtelettes de porc. Quand la viande est cuite, la sortir et faire revenir les oignons dans la graisse. Ajouter les morceaux de poitrine, les morceaux de saucisson et les oignons à la choucroute et cuire encore 5 min. Servir garni avec les côtelettes. }

En Pologne, la choucroute est toujours accompagnée de pommes de terre cuites à l'eau ou à la vapeur.

## Groupe Miel : des nouvelles de la miellerie de la Mérentaise

Attention, concernant le miel, la **dernière distribution pour 2009**, c'est **ce samedi** ! Dans l'ensemble, les enlèvements se sont bien déroulés, mais quelques personnes n'ont pas retiré leur commande, s'ils persistent... quel hiver pour eux !

La pluie est revenue en abondance ces derniers jours... « Automne pluvieux, miel heureux ! » disaient les anciens. C'est en effet, à cette saison que se préparent les futurs bourgeons des arbres pour la saison prochaine : tilleuls, châtaigniers, bourdaines, acacias, etc... font eux aussi leurs réserves...

Les colonies entrent en phase de repos pré-hivernal,



dans l'ensemble, leurs réserves sont correctes et les grappes (d'abeilles) sont populeuses.

L'apiculteur à cette période entre dans l'inconnu des rigueurs et parfois mauvaises surprises de l'hiver... On verra ! Pour l'année prochaine, j'envisage une dernière tranche de développement du cheptel afin d'essayer de maintenir un nombre constant de 200 ruches en production le plus tôt possible, je vais acheter une cinquantaine de ruches en pin, et leur préparation pourra faire l'objet d'après-midi-ateliers organisés par le «groupe miel»... là au moins, pas de piqûres !

Bon hiver à vous !

Roland RONDELET

**Les réunions du Conseil d'administration sont ouvertes à toutes et à tous; prochaines réunions : lundi 9 novembre et mardi 8 décembre à 21h (contacter Corinne ou François au 01 69 30 70 20).**