

Lettre de distribution du samedi 11 octobre 2025 à la ferme Vandame, à Villiers-le-Bâcle

numéro
198

Les nouvelles de nos agriculteurs partenaires,
en dernière page, produits distribués aujourd'hui & prochaines distributions

l'édito
du mois

Une AMAP, des producteurs, des bénévoles

L'AMAP, comment ça fonctionne ?

Au-delà de la face visible des distributions avec les producteurs qui apportent leurs produits et des bénévoles qui les distribuent sur les stands, tout un tas de petites mains s'activent au long de l'année sur de multiples tâches : les groupes "produits", les groupes "soutien", le conseil d'administration, ceux qui réparent, ceux qui tiennent un stand aux forums des associations, etc.

Si vous avez envie d'en savoir un peu plus, n'hésitez pas à venir ce samedi au coin convivialité consulter le panneau dédié et poser vos questions.

Vous pourrez également y proposer vos suggestions pour améliorer votre AMAP, sur

tous les sujets (distributions, produits, communication, implication dans la vie locale, vie de l'association...).

Votre avis nous intéresse !

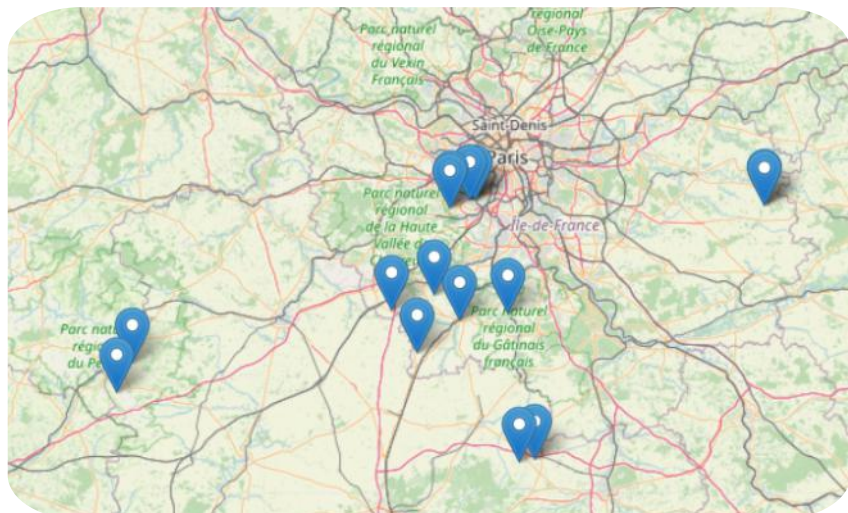
Comme vous le savez, l'association fonctionne uniquement grâce au bénévolat et c'est important que chacun.e puisse s'impliquer d'une manière ou d'une autre, pour le bien de tous. Bien entendu, vos idées sont également les bienvenues tout au long de l'année, soit en vous adressant à l'Accueil lors des distributions, soit

par email (contact@lesjardinsdeceres.net), soit à l'occasion d'une réunion du conseil d'administration (ouvertes à tous les amapien.nes. Prochaines dates : 16/10, 27/11, 18/12).

Merci !

NB: Nous rencontrons actuellement quelques difficultés pour obtenir la mise à disposition par la Mairie de Villiers-le-Bâcle d'une salle pour nos réunions, donc si vous souhaitez y participer, contactez le CA au préalable pour connaître le lieu...

Virginie C.



Légumes de Jérôme Bonament

Le mois d'octobre, pour Cristelle et Jérôme est le mois de semis de mâche dans les serres pour les dernières cultures d'hiver et les récoltes des légumes de pleins champs comme les céleris, courges et carottes.



Il reste 3 contrats à souscrire pour le contrat d'hiver.

Le groupe légumes de Jérôme Bonament



Légumes de Serge Coussens

Haricots, épisode 3, la série d'Igny. Une fois n'est pas coutume puisque c'est au moins 3 fois, les gros bras de Serge sont allés récolter les haricots juste avant le crépuscule. C'est qu'on ne rigole pas avec les Serge, on te cueille à la fraîche !

La troupe, une nouvelle fois, sonnée par WhatsApp, a répondu présente, la botte chaussée et l'âme en fête. C'est qu'avant de pouvoir boulotter le fruit de la légumineuse, encore faut-il l'avoir saisie avec aisance.

Les bruits de sillons colportés à mes oreilles par les boueux sifflent sur le plateau que vous aurez dans vos paniers ce samedi, lesdits haricots, les derniers, enfin peu plus. pour le reste, vous verrez bien, patience est mère de volupté.

Laurent, pour le groupe légumes de Serge



Les réunions du conseil d'administration sont ouvertes à toutes et à tous. Prochain CA : 16/10, Pour y participer, contactez nous : contact@lesjardinsdeceres.net

Tofu de la Ferme des Petits Evaurys

Visite de la ferme des Petits Evaurys, : culture du soja et production du tofu

Le 20 septembre dernier, nous avons été chaleureusement accueillis par Eloïse et Tseten, dans leur ferme, localisée à Allainville entre Ablis et Dourdan. Ce jeune couple produit, depuis 3 ans, du tofu à partir de la culture de soja bio de leurs champs et livre l'AMAP de Cérès une fois par mois.

Un CR détaillé sera mis en ligne sur le site de l'AMAP, mais voilà d'ores et déjà quelques informations sur la fabrication du tofu.

La matière première est constituée des graines de soja récoltées sur les pieds de la plante.

Une fois récoltées, les graines sont séchées dans le hangar de la ferme via de gros ventilateurs, lorsqu'elles sont récoltées avec trop de mauvaises herbes ce qui était le cas pour une petite partie de la récolte de cette année. Puis elles sont triées graine par graine par une machine optique à la coopérative. Elles sont ensuite stockées afin de permettre une production tout au long de l'année. Les graines peuvent être gardées deux ans. Il est aussi possible de les mettre sous vide pour conservation.

Pour la production du tofu, les graines sont lavées puis mises à tremper pendant 12 heures. L'eau utilisée provient du réseau d'eau potable avec un contrôle régulier du pH. Lors de cette opération les résidus des cosses et des fibres sont éliminés.

Pour produire 1kg de tofu, il faut environ 600g de graines de soja. Tout d'abord les graines sont passées au moulin avec un peu d'eau afin d'obtenir une pâte, qui servira de base à la fabrication du tofu.

La pâte est ébouillantée à 80 degrés durant deux heures, cela permet de rendre le soja

digeste, puis elle est filtrée : on obtient le lait. Lorsque des épices (thym, gingembre, piment, ail, ...) sont utilisées pour aromatiser le tofu, elles sont mises à infuser quelques minutes dans le lait. Celui-ci est ensuite filtré.

Afin de faire coaguler la préparation, l'opérateur ajoute du sel de Nigari (chlorure de magnésium) originaire de Grèce puis il brasse le mélange avec une louche selon un doigté maîtrisé par l'expérience. En effet, la vitesse de coagulation a des conséquences sur la fermeté du produit final et la quantité d'eau résiduelle.

Le produit obtenu est ensuite réparti dans des moules (5kg par moule). Puis un ensemble de 5 moules est mis sous presse (soit 25 Kg). Le couple possède 2 presses. Il s'agit de matériels fabriqués et importés spécialement d'Asie. Selon la consistance souhaitée du produit, il ne faut pas dépasser 40 minutes sous presse.

Catherine et Rozenn pour le groupe Tofu



Produits laitiers Ferme Sainte Colombe

L'été et la rentrée se sont bien passés pour Camille et Nicolas et leurs enfants.

L'équipe de la ferme s'est consolidée avec l'arrivée de Juliette comme apprentie.

7 personnes travaillent actuellement sur la ferme de 100ha, pas tous à temps plein mais tous à fond ! Camille et Nicolas en sont fiers !

Mais le tableau est assombri en ce moment par leur manque de trésorerie... Ils ont du mal à payer leurs factures et à se payer... Leurs ventes aux professionnels baissent et ils ont de plus en plus de difficultés à écouler leur stock. C'est pourquoi ils nous proposent une vente de quart de tomme jeune ou vieille à 10€ sur 3 mois. Le prix proposé est bradé mais devrait leur rapporter de la trésorerie.

Ils comptent sur vous !

Un grand Merci à chacun.

Cécile pour le groupe.



Produits distribués aujourd'hui

Pré-achetés par contrat : Champignons – Cresson – Farine de blé – Fromages de chèvre – Viande & jus de pomme – Légumes de Jérôme Bonament – Légumes de Serge Coussens – Miel – Poulets & oeufs – Pain & Brioches – Pâtes – Pommes de terre – Produits laitiers de vache – Tofu

Prochaines distributions : le samedi, à la ferme Vandame

Prochaine distribution le samedi 15 novembre 2025,
puis le 13/12

Merci de ne pas stationner dans l'entrée de la ferme Vandame.

Retrouvez cette lettre et les précédentes sur le site internet des Jardins de Cérès, à la rubrique L'association / Les bulletins d'information (<http://lesjardinsdeceres.net/spip.php?article28>)