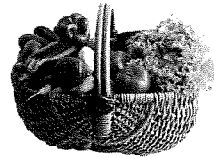




Composition de votre panier semaine20 :

Panier à 10.00€

LEGUMES	Tarifs en €
1 botte de radis	1.50€
2 petites salades	1.90€
600gr de petit pois	3.12€
1 botte d'aillets 180gr	1.83€
1 chou fleur	1.80€
Valeur du panier	10.15€



Panier à 15.00€

LEGUMES	Tarifs en €
2 bottes de radis	3.00€
3 petites salades	2.70€
1 kg de petit pois	5.20€
1 botte d'aillets 270gr	2.74€
1 chou fleur	1.80
Valeur du panier	15.44€

ALCATEL / L'HUISSIER Fanny

Votre lieu de dépôt : Lannion Nokia

Vous nous devez: 695.00 euros

L'ECHO DES SALADES ANNEE 2016

PAROLE DE JARDINIER

Et parole de chauffeur...

Je suis un ancien Agriculteur et j'ai commencé à travailler à l'ESAT dès son ouverture en 2010. J'ai pu suivre l'évolution de l'atelier Maraîchage depuis 6 ans ! J'ai commencé seul, en tant qu'ouvrier, à conduire le tracteur sur l'exploitation (pour travailler la terre au champ situé à 4 km de l'ESAT et sous les tunnels sur le site). Handicapé de la main droite, on a du aménagé le tracteur au niveau des clignotants, placés du mauvais côté. Depuis 3 ans, Lionel, ancien ouvrier Agricole lui aussi, est venu travailler à l'ESAT et conduit le 2ème tracteur. Aujourd'hui, je suis davantage à travailler sous les tunnels car le Kubota que je conduis est un petit tracteur parfaitement adapté...qui passe partout ! Tandis que Lionel travaille plutôt au champ.

Cette année nous avons accueilli deux stagiaires Eva et Edith, en formation de Maraîchage Bio et elles avaient tout à apprendre de la culture Maraîchère, y compris la conduite de tracteur !

J'ai donc consacré une journée à Eva pour lui apprendre à conduire, monter et démonter les différents atelages pour préparer les planches de culture. Photo à l'appui de notre apprentie en action !

Tandis qu'Edith a suivi cet apprentissage avec Lionel.

Toutes les deux sont capables aujourd'hui de conduire le Kubota et préparer la terre pour accueillir les futurs légumes... ! J'ai été très content d'avoir eu l'occasion de pouvoir transmettre mes compétences.

es.





RECETTE DE LA SEMAINE

Cette semaine : « SOUPE D'EPINARDS »

Ingrédients :

- 500 g d'épinards en branches
- 1 oignon
- 1 carotte
- 4 pommes de terre (taille moyenne)
- 1 bouillon cube de volaille
- 750 ml d'eau
- origan, sel, poivre
- 50 g de beurre
- 2 cuillères à soupe de crème fraîche

Préparation :

Faites chauffer de l'huile d'olive dans une cocotte-minute, y faire un suer l'oignon quelques minutes.
Ajouter la carotte en rondelles, les pommes de terre et les épinards.
Ajouter 750 ml d'eau, le bouillon cube émietté, l'origan et le sel.
Laisser cuire 15 mn à la cocotte-minute.
Passer le tout au mixer avec le beurre, la crème fraîche.
Assaisonnez de sel et poivre à votre convenance.
Bon appétit.

INFO DE LA SEMAINE

Parole d'une stagiaire...

Dernière semaine de stage en compagnie des jardiniers. Il est temps pour moi de remercier toute l'équipe d'ouvriers et les deux moniteurs d'atelier qui m'ont accompagnée tout au long de ce parcours de formation. Comme l'a si bien dit Yves dans la parole de jardinier, j'avais tout à apprendre : de la préparation du sol à la récolte et je dois avouer que j'appréhendai quelque peu de conduire du Kubota sous le Tunnel, parmi les cultures en place. Quelle responsabilité ! Mais les moniteurs m'ont fait confiance, confié leur précieux outil de travail et grâce à cela et à Yves, je sais aujourd'hui conduire un tracteur !

Il me manque encore à ce jour, quelques heures de conduite pour être plus performante !
Merci encore à l'ensemble du personnel de l'ESAT.

Eva

Expo photos animalières
du 16 Mai au 16 Juin
Toullélan jean yves
ESAT de Plourivo



<http://art-photographie.jindo.com>

Le Gorge bleu a miroir se reproduit dans la toundra avec des zones buissonneuses, dans les bosquets, aux lisières des forêts humides, dans les zones arbustives sur les collines et dans les zones montagneuses, souvent près de l'eau. Il a besoin d'une végétation basse dense pour nidifier. On peut aussi le trouver dans l'Himalaya, jusqu'à 2600- 3800 mètres d'altitude en Afghanistan nord- il hiverne dans les zones broussailleuses au bord de l'eau et dans les roselières.
Je l'ai photographié à la pointe de l'aiguillon en Vendée