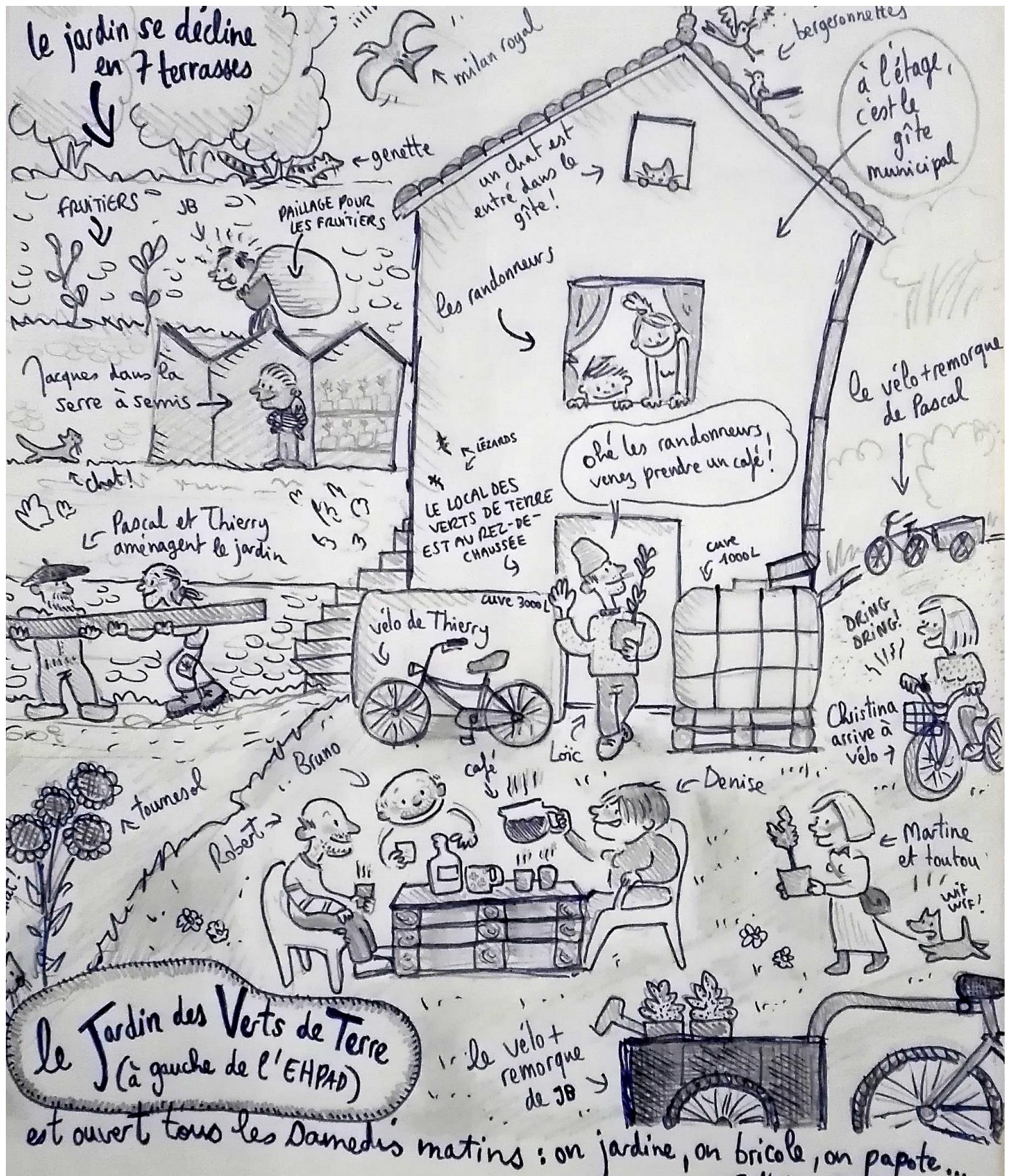


LA FEUILLE DE CHOU!

"Le vrai jardinier se découvre devant la pensée sauvage" (Jacques Prévert)

N°16



À LA PLACE DU THÉ

Le thé est une des cultures les plus gourmandes en pesticides et vient généralement de l'autre bout du monde. Par quoi le remplacer ? Par des aromatiques, pardieu. Les possibilités sont infinies...

Thym, romarin, sauge, sarriette, lavande, verveine, mais aussi feuilles de ronce, de framboisier, de cassis, d'agastache... Pour les stocker, faites sécher

Les avantages de ces plantes ?

- gratuites (demandez des boutures)
- délicieuses (trouvez vos préférées)
- locales (zéro pétrole)
- très faciles à cultiver
- truffées de bienfaits
- zéro traitement chimique
- zéro déchet (pas d'emballage !)
- mellifères (elles font le délice des abeilles)

CERCLE DE FEMMES DE VOREY

Bonjour, si vous souhaitez découvrir et participer aux prochains "cercles", ils auront lieu les samedis 17/11 et 14/01 après-midis. Vous serez les bienvenues. Contactez-moi pour tout renseignement au 06.60.29.58.66 (Céline)

LE COING DE BRUNO

Gelée de coing

Préparation -----

Laver, brosser, éplucher les coings.
Épluchures, pépins, péricarpes : les mettre aussitôt dans l'eau froide.

Chaque fruit découpé en 8-10 dans l'eau froide. Déposer les fruits dans 1 casserole et recouvrir d'eau froide.

Dans une mousseline qui sera bien fermée, mettre : 1 zeste d'orange, 1 zeste de citron, épluchures, pépins, péricarpes.

Hors de la mousseline : 1 gousse de vanille déjà utilisée.

Cuire le tout à feu vif jusqu'à ce que les coings soient tendres. Récupérer la cuisson en pressant au "maximum" la mousseline et passer la cuisson au chinois étamine.

Dans une casserole à confiture mettre le même poids de jus de cuisson et de sucre semoule, mélanger. Remettre la mousseline (1 zeste d'orange, 1 zeste de citron, épluchures, pépins, péricarpes) dans le jus sucré.

Cuisson : cuire et porter la t° à 106° et mettre en pots.

Le PRUNELLIER ou EPINE NOIRE

(Prunus spinosa)

Cet arbuste touffu dépasse rarement 3 mètres de haut. Il pousse en buissons en bordure des champs, des bois et des chemins, sur les pentes rocheuses... Parce qu'il est épineux et dense, il est utilisé pour former des haies infranchissables. Les prunelles, fruits globuleux d'environ 1 cm de diamètre, de couleur bleu-noir et comme couvertes d'une pellicule de poussière, sont très acres consommées telles quelles et laissent une sensation de sécheresse dans la bouche. Elles se cueillent ramollies par les premières gelées et peuvent être utilisées avec du sucre et de l'alcool pour la confection d'une liqueur fameuse. Elles peuvent aussi être disposées, lavées et séchées, dans des bocaux et recouvertes de gros sel. Les premiers jours on secoue un peu le bocal pour bien répartir le sel. Très vite elles vont dégorger leur jus. Ce liquide sombre fera un délicieux assaisonnement, salé bien sûr, acidulé et très parfumé, que l'on pourra utiliser à sa guise. Et les fruits pourront être mangés comme condiment. Cette préparation se conserve toute l'année, jusqu'à la récolte suivante, si vous n'avez pas tout mangé avant !

Veillez à laisser sur l'arbre la part des oiseaux !

UN NOËL... UTILE

L'année dernière, nous vous soufflions quelques idées pour un Noël "zéro déchet" (voir la *Feuille de Chou N°10*) afin de faire plaisir à votre entourage sans bousiller la planète (si si, c'est possible).

Cette année, misons sur quelques objets utiles pour notre *résilience* (capacité à amortir les chocs) individuelle et collective :

- Une lampe frontale (marque Petzl par ex.)
- Une cocotte Le Creuset (indestructible)
- Une carriole à tout faire d'occasion (si si)
- Un livre sur l'autonomie (demandez-nous)
- Des bottes costauds en caoutchouc
- Un sac à dos de randonnée
- Un poncho en laine (si si là aussi)
- Un thermos inox double paroi
- Un panneau solaire mobile
- Une bonne bouillotte (*pas chinoise !*)
- Un four solaire de qualité
- Un arbre fruitier (scion d'un an, demandez-nous)
- Un filtre de potabilisation de l'eau (Berkey)
- Des chaussettes increvables (Darn Tough)
- Une lanterne de camping à LED
- Une radio solaire ou à dynamo
- Une paire de *talkies-walkies* (demandez-nous)
- Un réchaud de camping (encore si si)
- Un couteau ou une pince multifonctions
- Une sélection de semences reproductibles (toujours si si)

Rappel des règles de base : on privilégie le local et l'occasion, on évite à tout prix les cadeaux numériques, on choisit un emballage respectueux de l'environnement (*furoshiki* ou papier journal, car le papier cadeau ne se recycle généralement pas).
Des questions ? Posez-les nous ! lesvertsdeterre43@gmail.com

Quelle est selon vous la plus belle invention de la modernité ?

- l'eau chaude au robinet
- le briquet
- les bottes en caoutchouc
- l'anesthésie chez le dentiste
- le vélo
- le distributeur de croquettes connecté