



### EDITO

**Je suis, tu es, il est, nous sommes la biodiversité.** Comme toute espèce vivante et depuis notre apparition sur Terre, nous dépendons de ce qui nous entoure de manière plus ou moins évidente, donc plus ou moins consciente. Nous sommes en effet en interaction permanente avec les milieux terrestres ou aquatiques et la grande diversité d'animaux, de végétaux et de micro-organismes qui les compose. Toute notre vie nous consomons de la biodiversité, nous rejetons des déchets qui alimentent la biodiversité et nous abritons de la biodiversité. Cette définition nous enseigne que protéger la nature c'est protéger la capacité d'adaptation du vivant. Quand une espèce disparaît de nombreuses interactions disparaissent. Supprimer une espèce c'est donc changer le cours des choses, une atteinte à la liberté qu'a le monde de se déployer ( Jacques Blondel CNRS).

L'éco-citoyenneté est une valeur qui se développe progressivement avec par exemple le développement des gestes écologiques (tri sélectif, compostage, paillage, ...); la conception de produits respectueux de la biodiversité (comme le label Bio) et de constructions écologiques (label HQE); l'émergence des activités citoyennes (le déploiement des Amap, le développement de l'écotourisme, du commerce équitable, ...) en sont la preuve. Cette prise de conscience en France, qui est récente et nécessite une mobilisation plus accrue de la population, est cependant réelle et laisse espérer un avenir plus respectueux de notre environnement.  
(Extrait du site : [www.cnrs.fr](http://www.cnrs.fr))

Le bureau

### Pour en savoir plus :

A consulter : <http://www.cnrs.fr/cw/dossiers/dosbiodiv/index.html>



### Sommaire :

- Edito : Page 1
- En bref / Evénements solidaires : Page 2
- Le coin des producteurs : Page 3
- Calendrier des distributions : Page 4
- Le calendrier du jardinier / Recette de saison : Page 5
- A la loupe : Page 6
- Testez vos connaissances : Page 7
- Trucs et astuces / Sur la toile : Page 8



## EN BREF

### Communication :

- L'écho de saison se propose de paraître chaque fin de trimestre en début de saison (Mars / Juin / Septembre / Décembre). Votre participation est nécessaire. Envoyez articles, recettes, suggestions, ... à l'adresse de l'Amap'monde : "amapmonde@laposte.net" en précisant dans l'objet de votre message "Feuille de chou".

- Notre association a désormais sa vitrine avec son site Web. Pour le consulter : [www.amapmondegacilienne.free.fr](http://www.amapmondegacilienne.free.fr). Vous y trouverez documents, informations, calendriers, coordonnées, ... Ce site ne demande qu'à évoluer. Apportez-nous vos remarques et suggestions par mail avec l'objet "Site Web".

### Se faire connaître :

- Notre association est désormais référencée :
  - sur le site de la mairie de La Gacilly ([www.la-gacilly.fr](http://www.la-gacilly.fr)) dans la rubrique "Associations" - "Culture et loisirs".
  - sur le site national des Amap ([www.reseau-amap.org](http://www.reseau-amap.org)) dans l'onglet "Rechercher une Amap".
  - sur le site des Amap bretonnes : ([www.breizhamap.ouvaton.org](http://www.breizhamap.ouvaton.org)).

### Rencontre :

- Une fête inter-Amap est en projet (septembre ?). Cette manifestation pourrait regrouper les Amap régionales (Saint Just, Redon, Allaire, Saint Jean La Poterie, Ploermel, ...) et s'organiser autour d'ateliers, de conférences, de projections dans un lieu encore à définir (une ferme proche d'une salle communale, ...). Vos idées sont les bienvenues.

### Permanence :

- Une fiche pratique de permanence vous a été envoyée et sera mise à votre disposition sur le site et le mercredi sur les tables de distribution. Cette fiche pratique décrit l'organisation d'une permanence.

### Manifestation :

- L'Amap'monde gacilienne envisage de participer à la fête de la soupe organisée par les artisans gaciliens chaque année vers le mois de novembre. Nous avons les produits (... et les bons !). A nous de trouver la (les) bonne(s) recette(s) pour que cette soupe de l'Amap soit délicieuse, voire excellentissime.

---

## EVENEMENTS SOLIDAIRES

### A vos agendas

17/04/2010 (samedi) : Un chantier est organisé à la ferme de Julien "le potager du Trélo" à Carentoir.  
Il s'agit de la réalisation d'un enduit à la terre sur les murs de paille de la pièce de stockage des légumes.  
Ouvert à tous à partir de 9h00, ce chantier ne requiert aucune compétence spécifique.  
Venez nombreux (inscription par mail "amapmonde@laposte.net" ou à la distribution .  
-> Confirmation vous sera envoyée par mail car dépendant de la météo.

Printemps 2010 : Visite de la ferme de Marie Jolivel (la date vous sera précisée ultérieurement).

## [ RENCONTRE ] — Avec Jean-Michel Latapie

par Jean-Marc Bourneuf

• Jean-Michel LATAPIE est l'un des associés de la SCEA LATAPIE (1), il est présent chaque vendredi matin sur le marché de Ploërmel. Ce n'est pas un gouailleux derrière son étal coloré, abrité par un parasol ou un parapluie selon la saison. Jean-Michel est plutôt du style réservé mais accueillant avec un large sourire.

Vous lui parlez de ses pommes, très vite il s'anime emporté par une passion transmise par Pierre, son père. En effet l'aventure agricole de Pierre LATAPIE débute dans les années 1955, précurseur, il considérait la place de l'homme comme faisant corps avec la nature :

*« Il faut rendre à l'homme sa dignité en faisant de lui un collaborateur de la nature, il faut repeupler nos campagnes, il faut que l'homme vive près de la nature, elle est sa mère »*

Dans un article publié en 1985 dans le magazine "La France Agricole" Pierre LATAPIE développait sa conception de la production agricole :

*« Produire simplement pour nos besoins et les besoins des autres, mais ne pas surproduire, c'est un gaspillage d'énergie, un non-sens. Produire une bonne nourriture, qui procure une santé à l'homme, elle est le premier des biens, elle est source de progrès.*

*Etre non-violent avec la terre et avec nos frères les hommes, la faire produire avec le respect qui lui est dû, cela évitera les luttes entre les hommes.*

*Nous préparons la terre pour ceux qui nous succéderont, laissons une terre propre où il fait bon vivre».*

Autant d'affirmations qui demeurent la ligne de conduite des fils LATAPIE.

Aujourd'hui les associés de la SCEA LATAPIE maintiennent ce cap. Lorsque Jean-Michel prend délicatement une pomme Elstar,

une Jubilé, une Pilot ou encore une Winston, il explique qu'elle est le fruit d'un long processus. Le travail de l'arboriculteur consiste d'abord à cultiver le sol, ce sol où se développent les microorganismes et les nutriments essentiels pour la bonne santé de l'arbre puis des fruits. Jean-Michel parle alors d'agronomie faisant référence au livre d'Olivier de SERRES, agronome d'Henri IV Olivier de Serres: « Le théâtre d'agriculture et mesnage des champs ». Le sol est vivant, L'idée forte est d'apporter du soin à l'arbre. Quand sur le marché, un client dit à Jean-Michel « moi je ne m'occupe pas de mes arbres, je ne mets rien, c'est du naturel »

Jean-Michel lui répond malicieusement tout en restant très sérieux sur le sujet : « Eh bien c'est comme si vous abandonniez vos arbres ».

En effet la nourriture du sol est essentielle, poursuit Jean-Michel, nous y apportons de la fumure organique (ndlr La SCEA LATAPIE élève aussi des moutons, le fumier des moutons est recyclé sur le verger), nous travaillons mécaniquement le sol, pour l'aérer et faciliter le développement de la vie microbienne. Le désherbage est mécanique, nous préservons ainsi le système racinaire de l'arbre et nous veillons à la qualité de son feuillage. En effet de la qualité du feuillage dépend le nombre de fruits produit par l'arbre. Il faut compter 20 à 25 feuilles pour une pomme précise Jean-Michel d'où l'importance de la phase « éclaircissage » qui consiste à éliminer les jeunes fruits en surnombre de façon à atteindre une production souhaitée (nombre et calibre des fruits maintenus sur l'arbre).

(1) Société Civile Exploitation Agricole (SCEA) LATAPIE 56140 St MARCEL



# DISTRIBUTION

## Printemps 2010

Date distribution	Pain Galette	Jus de pomme	Oeufs	Poulets	Légumes	Miel	Kiwis	Pommes	Produits laitiers				
03/03/2010	X		X	X		X		X	X				
10/03/2010	X								X				
17/03/2010	X		X						X				
24/03/2010	X								X				
31/03/2010	X								X				
07/04/2010	X		X	X		X		X	X				
14/04/2010	X								X				
21/04/2010	X		X						X				
28/04/2010	X								X				
05/05/2010	X		X	X	X	X			X				
12/05/2010	X				X				X				
19/05/2010	X		X		X				X				
26/05/2010	X				X				X				
02/06/2010	X		X	X	X	X			X				
09/06/2010	X				X				X				
16/06/2010	X		X		X				X				
23/06/2010	X				X				X				
30/06/2010	X				X				X				
07/07/2010	X		X	X	X	X			X				
14/07/2010	X				X				X				
21/07/2010	X		X		X				X				
28/07/2010	X				X				X				
04/08/2010	X				X	X			X				
11/08/2010	X				X				X				
18/08/2010	X				X				X				
25/08/2010	X				X				X				
01/09/2010	X				X	X		X	X				

 Contrat en cours  
 Contrat suivant

(\* **Attention !** La distribution pendant la période 07 et 08 pourra être "perturbée" (congés des producteurs). Nous vous informerons.

# Le calendrier du jardinier



## Mars :

- Plantez les pommes de terre, l'oignon blanc, l'ail rose, les fraisiers.
- Semez en pleine terre :  
Poireaux, laitues pommées, chicorées, salsifis, choux, carottes.
- Semez sous abris les légumes primeurs :  
tomates, aubergines, melons, courgettes, poivrons.
- Protégez les cultures légumières des limaces.

## Avril :

- Plantez les artichauts, asperges, estragon, céleris-raves et céleris-branches.
- Taillez les groseilliers et les agrumes en aérant le centre.
- Repiquez les boutures de groseilliers.
- Semez directement en place :  
carotte, chou, laitue, persil, ciboulette, thym, oseille et pois.
- Binez régulièrement le sol des plantations récentes.
- Buttez les asperges et les pommes de terre.

## Mai :

- Semez carottes, cerfeuil, chicorées frisées et scaroles, choux (brocolis, pommés et fleurs), épinards, haricots (variétés précoces), laitues été/automne, poireaux, radis (tous les 10 à 12 j).
- Plantez artichauts, céleri-raves et céleris à côtes, choux fleurs et choux d'automne, tomates.
- Sarcliez régulièrement entre les rangs :  
ails, oignons, échalotes.
- Protégez vos cultures contre les limaces

# RECETTE de Saison

## QUICHE AUX ORTIES et AU FROMAGE DE CHEVRE

Pour 4 personnes  
Préparation : 10 min  
Cuisson : 40 min

### INGREDIENTS

Environ 200 g de feuilles d'orties  
1 oignon  
1 CS d'huile d'olive  
1 pâte brisée  
3 oeufs  
10 cl de crème liquide  
10 cl de lait  
100 g de fromage de chèvre sec  
Sel et poivre

### PREPARATION

- Laver les feuilles d'orties et les plonger dans une casserole d'eau bouillante pendant une minute.
- Les égoutter soigneusement puis les hacher et les faire revenir dans l'huile avec l'oignon pelé et émincé pendant environ 5 min en remuant souvent.
- Etaler la pâte et foncer un moule.
- Piquer la pâte avec une fourchette puis y répartir les orties.
- Préchauffer le four à 200°C.
- Casser les oeufs au-dessus d'un saladier et les fouetter avec la crème et le lait.
- Saler et poivrer puis incorporer le fromage de chèvre coupé en lamelles.
- Enfourner et laisser cuire 35 min.

### LE DICTON DE SAISON

Jamais pluie de printemps n'a passé pour mauvais temps.

# A la Loupe

## Le panais

### Description :

Le panais est une plante herbacée bisannuelle à racine charnue, appartenant à la famille des Apiacées (Ombellifères), qui fut autrefois très cultivée comme légume et comme plante fourragère. C'est une culture quelque peu délaissée de nos jours, sauf en Grande-Bretagne et dans les pays nordiques.

Noms communs : panais, pastenade, racine-blanche, grand chervis.

Le panais cultivé est une variété améliorée du panais sauvage. Le panais a une racine plus ou moins longue, de couleur blanchâtre. On

distingue plusieurs groupes selon la morphologie de la racine :

- Panais rond, en forme de toupie de 12 à 15 cm de diamètre, le plus précoce, comme la variété 'Rond hâtif',
- Panais demi-long, forme proche de celle d'une carotte, dont la variété 'Demi-long de Guernesey' est la plus cultivée actuellement
- Panais long, le plus proche de la forme sauvage avec une racine de 30 à 45 cm de long,



### Le panais au fil du temps :

Le panais était déjà cultivé au Moyen Âge, il figure parmi la centaine de plantes, cultivées dans les monastères, énumérées dans le « Capitulaire De Villis », ordonnance de l'époque de Charlemagne. L'histoire du panais se

confond en partie avec celle de la carotte, car la distinction entre les deux plantes, qui appartiennent à la même famille botanique, n'était pas toujours nette jusqu'à la fin de la Renaissance.

### Usages culinaires :

Le panais peut se consommer cuit en soupes, potages et pot-au-feu, il supporte tout type de cuisson et accommode n'importe quelle viande ou poisson. Il est le plus souvent utilisé comme complément ou condiment, à cause de sa saveur assez vive.

Le panais se cuit comme la pomme de terre et peut être préparé en purée ou gratiné au four.

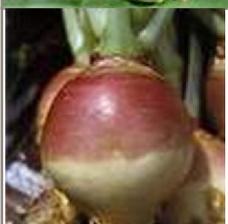
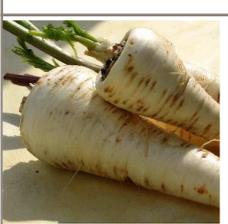
On peut aussi le servir cru, râpé avec huile et citron en salade.

### Paroles d'anciens :

A la saint Didier (23/05)  
soleil orgueilleux,  
annonce été joyeux

# Testez vos connaissances

## LES LEGUMES

		Céleri-Rave	Rutabaga	Navet	Panais	Betterave	Radis-Noir	Chou-Rave
1								
2								
3								
4								
5								
6								
7								

1 : betterave, 2 : céleri-rave, 3 : chou-rave, 4 : rutabaga, 5 : navet, 6 : radis-noir, 7 : panais

## Protection naturelle contre limaces et escargots :



### • Les pièges à relever régulièrement :

- La planche autour du potager :
  - Arrosez sous la planche pour garder fraîcheur et humidité. Normalement, pendant la journée elles cherchent la fraîcheur et se réfugient sous les planches.
- Le demi pamplemousse :
  - Lorsqu'au menu vous avez des pamplemousses, gardez-les et retournez-les à proximité des sujets vulnérables. Ce sont de bons appâts à relever régulièrement.

### • Les barrières naturelles :

- La cendre ,
  - les aiguilles de pins,
  - les copeaux,
  - la sciure de bois,
  - les bogues de chataîgnes,
  - la suie,
  - le marc de café,
- sont d'excellentes barrières naturelles.

### Sur la toile :

[www.reseau-amap.org](http://www.reseau-amap.org) : Site national des AMAP

[www.breizhamap.ouvaton.org](http://www.breizhamap.ouvaton.org) : Les AMAP de Bretagne

[www.amapmondégacilienne.free.fr](http://www.amapmondégacilienne.free.fr) : votre AMAP

[www.assietteauchamp.com](http://www.assietteauchamp.com) : Eduquer, promouvoir, préserver la santé, l'environnement, les filières bio, ...

[www.etude-nutrinet-sante.fr](http://www.etude-nutrinet-sante.fr) : L'étude NutriNet-Santé est un grand programme de recherche destinée à mieux comprendre les relations entre la Nutrition et la Santé en France : [A vos clics pour y participer.](#)