



Edito

Proximité, convivialité, solidarité, confiance et prise de conscience sont les termes qui régissent l'éthique de l'AMAP. Pour les Amapiens, la consommation doit devenir une démarche citoyenne et un libre choix en privilégiant une consommation de produits locaux de qualité, un circuit-court de distribution et le contact humain.

- Les adhérents du réseau des Amap militent pour une agriculture durable, mais d'abord et avant tout pour des agriculteurs durables ! Pour qu'ils puissent durer, les consommateurs (au moins ceux qui en ont le choix) doivent considérer que, parfois (car contrairement à une idée reçue, ce n'est pas systématique !), pour quelques centimes d'euros de plus, c'est le local qu'ils soutiennent, la qualité qu'ils choisissent, l'environnement qu'ils protègent et en fin de compte, un acte de commerce équitable qu'ils posent.

- Bien sûr, on peut continuer d'acheter du veau et du bœuf du Chili, d'Argentine ou encore du Canada, en promo dans la grande distribution sans se préoccuper de son bilan carbone, des conditions de vie des éleveurs, des conditions d'élevage des animaux, au lieu de se procurer ce veau BIO de Ker-Oga, nourri au lait sous la mère, elle-même élevée en plein champ et nourrie d'aliments biologiques produits sur la ferme. Veau n'ayant parcouru que quelques Kms avant d'arriver dans notre panier.

- Bien sûr on peut préférer ces légumes stockés en chambre froide depuis des mois, sans goût ni saveur, ayant eux aussi parcourus des milliers de Kms, au lieu de redécouvrir le goût de la Green Zébra, de la Coeur de Boeuf et autres Noire de Crimée, chou rave, chou cabus, fraîchement cueillis du matin et arrivant tout droit du potager de Trélo.

- Bien sûr on peut continuer à vouloir manger cette volaille brésilienne élevée en batterie, entas-

Pour demain :
le monstre agro-industriel ou
une vraie alternative paysanne ?

sée dans des hangars, n'ayant jamais vue la lumière du jour et nourrie à la croquette plutôt que de savourer celle de Jean-Paul, élevée en plein air, nourrie d'aliments produits majoritairement sur la ferme, ...

- Mais on peut aussi choisir d'acheter avec discernement et préférer la qualité, le goût, la fraîcheur, la proximité, la garantie d'origine que nous proposent nos paysans. Choisir ces produits là, c'est aussi leur montrer que nous partageons leur vision de cette agriculture de qualité, locale, à dimension humaine, respectueuse des hommes et de la nature. On peut d'ailleurs, chaque mercredi mettre à profit cette proximité pour échanger avec eux. Ils n'attendent que cela.

- Bonnes fêtes de fin d'année à tous et espérons que pour cette année 2015, les politiques publiques intègrent les besoins des dizaines de milliers de ces paysans là, proposant une alternative paysanne à cette agro-industrie destructrice, de + en + démesurée : Ferme des 1000 vaches, batterie de poules pondeuses de 250.000 unités, (...). Sinon, comme le disait Antonio Gramsci "C'est lorsque l'ancien se meurt et que le nouveau ne parvient pas à voir le jour que surgissent les monstres".

Alain



Sommaire :

- Edito : Page 1
- En Bref / Pêle-Mêle : Page 2 - 3
- Une saison dans les champs : Page 4 - 5
- Calendrier de distribution : Page 6
- Recette saison : Page 7
- A la loupe : Page 8



EN BREF

Distribution :

• Calendrier de distribution :

- La dernière distribution de l'année 2014 a eu lieu le 17 décembre. Les 34 paniers de légumes prévus dans le contrat 2014 ayant été livrés. Cette dernière distribution de l'année



2014 se voulait festive : Un vin chaud, accompagné de gateaux agrémentaient cette dernière distribution. Merci Catherine.

- La reprise des distributions est prévue le 07/01/2015 à l'exception des légumes et du fromage de chèvre. En ce qui concerne les légumes, la trêve inter-saison a été anticipée de quelques semaines (A noter que cette trêve annuelle de livraison des légumes se prolonge généralement jusqu'en avril, en fonction des conditions météo. Les dates précises vous seront communiquées dès que possible). Quant au fromage de chèvre, sa reprise est prévue le Me 18/02.

Renouvellement des contrats :

• Rappel des contrats 2015 à renouveler :

- Produits laitiers :

- Livraison hebdo de 01 à 06/2015

- Miel :

- Livraison bimestrielle de 01 à 06/2015

- Oeufs :

- Livraison bimensuelle de 01 à 06/2015

- Poulets :

- Livraison mensuelle de 01 à 06/2015

- Fromage de chèvres :

- Livraison bimensuelle de 02 à 08/2015

- Légumes :

- Livraison hebdo ou bimensuelle (33 ou 16 paniers en 2015)

- Pour répondre à la demande d'une partie d'entre nous, les contrats "oeufs" et "fromage de chèvre" sont passés de 1 an à 6 mois et le contrat légumes proposera une livraison hebdo ou bi-mensuelle à compter de la reprise 2015.

- N'oubliez pas leur renouvellement. Ces contrats sont disponibles sous les halles et sur le

PÊLE-MÊLE

site de l'AMAP'Monde. Pour toutes questions, n'hésitez pas à contacter les référents concernés (Respectivement Jean-François Cadet, Alain Giboire, Régis Etienne, Marie Cossé, Monique Rollo, Fabrice Beun) ou directement les producteurs.

Livraison des Kiwis :

• La livraison des 120 Kg de kiwis BIO a été effectuée le mercredi 03/12/2014. Pour rappel ces kiwis peuvent se conserver plusieurs mois, au frais sous un linge humide pour éviter qu'ils s'assèchent et éloignés des pommes et des bananes qui accélèrent leur maturation.

- Lorsque vous le souhaitez, vous pouvez placer près de ces fruits (pommes ou bananes) la quantité désirée pour les faire murir au moment souhaité.

- Merci à Loïc et Evelyne d'avoir récupéré, pour nous, ces Kiwis à Caudan.

Communication :

• Nouvelles de l'AMAP'Monde :

- Ce dernier trimestre de l'année, l'AMAP'Monde a accueilli quelques nouveaux adhérents. Bienvenue à eux.

- Les producteurs, référents et membres du bureau sont à leur disposition pour répondre à leurs interrogations. Toutes leurs coordonnées sont sur le site de l'AMAP <http://amapmonde-gacilienne.free.fr> (rubriques "Producteurs" et "Contacts").

• Un équilibre précaire à préserver :

L'AMAP'Monde c'est :

- D'un côté, des producteurs, respectueux de l'environnement, produisant des produits de qualité, sains et goûteux

- De l'autre, des consommateurs, solidaires de ces producteurs locaux, sensibles aux particularités de l'agriculture paysanne et participatifs à la vie de l'association.

- Si votre emploi du temps vous le permet, contribuez au maintien de cet équilibre en participant à la vie de l'association (permanence aux distributions, membre du bureau, référent d'un produit distribué, ...).

Nous comptons tous sur vous !

●●● Suite !

• Assemblée Générale de l'Amap de Guer :

- Quelques adhérents de l'AMAP'Monde ont participé à l'assemblée générale de l'AMAP de Guer le mardi 30 septembre, afin d'initier un échange réciproque de nos pratiques et ainsi améliorer nos fonctionnements respectifs en adoptant les bonnes idées de l'autre.



- A noter :

- Une partie des producteurs sont communs aux 2 Amap (Aude, Dominique, Jean-Paul, Philippe) et ces producteurs font l'unanimité parmi les adhérents.

- L'AMAP de Guer rencontre des difficultés similaires à celles rencontrées par l'AMAP'Monde de La Gacilly (permanences, implication dans la vie de l'asso, ...).

• Appel à cotisation :

- L'AMAP'Monde étant une association loi 1901, chaque adhérent doit s'acquitter d'une cotisation annuelle. Celle de 2015 est inchangée par rapport aux années précédentes et fixée à 10 €. Le bulletin d'adhésion sera mis à votre disposition lors des distributions (décembre et janvier) et sur le site de l'Amap. Pour les nouveaux adhérents la cotisation 2015 est effective dès le mois de 10/2014.

• Enquête de satisfaction :

- Une enquête de satisfaction vient de vous être envoyée afin de connaître votre niveau de satisfaction par rapport au fonctionnement de l'AMAP (organisation, communication, contrats, ...), à la relation entretenue avec nos producteurs et à la qualité des produits proposés. Soyez nombreux à y répondre.

- Les résultats de cette enquête vous seront communiqués dès que possible.

■ Evénements :

• Fête de la soupe 2014 :

- La 8ème fête de la soupe à La Gacilly s'est déroulée le Di 30/11.

- La fête consiste, pour les visiteurs, à parcourir les rues de La Gacilly (échoppes d'artisans et commerçants) en goûtant les soupes proposées. Trois catégories de soupes concouraient : amateurs, collectivités et professionnels.

- L'Amap, classée dans la catégorie "collectivités", était située, avec d'autres associations, sous les

halles et devait proposer 30 litres de soupe.

- La permanence a été assurée par Josiane Niron, Marie-Jo Rault, Catherine Soulain et Alain Giboire. Les soupes (2 "souples" et 1 "souple" : Josiane Niron, Catherine Soulain et Alain Giboire) ont préparé la recette proposée par Catherine à partir des légumes d'Aude (carottes, potirons, courgettes, choux frisés ...



et coriandre pour les amateurs). Excellents produits ne pouvant produire qu'une excellente soupe ! Espérons que cette présence nous amène de nouveaux adhérents.

• Création d'un réseau des AMAP de Bretagne :

- Le 05/10/2014 avait lieu à La Chèze (commune située à 10km de Loudéac) une rencontre entre adhérents et producteurs des Amap bretonnes afin de discuter des fondements et des grandes lignes de fonctionnement de ce réseau regroupant les Amap de Bretagne.

- Le 16/11 une réunion de validation du mode de fonctionnement de ce réseau breton des AMAP était programmée à Elven, à la salle le Carré d'arts à partir de 10h.

- Un représentant de l'AMAP'Monde était présent. Merci Régis.

• Festival de la pomme d'orange à Peillac :

- De décembre 2014 à janvier 2015

- La "pomme d'orange", cest un terme de vieux français, évocateur dans toute la Haute Bretagne de l'orange que l'on recevait comme unique cadeau à Noël et à la Saint Sylvestre.

- En Bretagne, dans le Pays de Redon, ces fêtes étaient des moments privilégiés du chant et de la musique. La Nuit de Noël, bien sûr, mais aussi celle de la Saint Sylvestre et l'épiphanie, les autres jours étant consacrés à l'art de la parole, aux contes de longue haleine, au merveilleux, en famille, entre amis, au coin de l'âtre.

- La Pomme d'Orange de Peillac, c'est deux mois de festivités, organisées autour du conte, du chant et de la musique, de la table, de la lumière et du merveilleux. Des moments de fête fondés sur les arts de l'oralité, pour vaincre la solitude, pour recréer du lien social entre les générations.

- Pour connaître le programme complet :

www.culturepeillac.fr/pomme-dorange

UNE SAISON **D**ANS LES CHAMPS

L'HIVER **e** nos producteurs



• Les saisons terrestres sont principalement causées par l'inclinaison de l'axe de la Terre par rapport à son plan orbital. Pendant l'hiver, l'altitude solaire plus faible implique que les rayons solaires touchent l'hémisphère correspondant suivant un angle fortement oblique, dispersant le rayonnement solaire sur une plus grande surface. La lumière solaire traverse également une couche plus importante d'atmosphère, permettant une dissipation accrue de son énergie. En conséquence de quoi la température hivernale est plus basse. (Wikipedia)

La ferme de Ker-Oga : Gaëlle, Solenn et René, producteurs de viande et produits laitiers

• La base d'une alimentation de qualité est la matière première. En agriculture biologique la matière première est l'élément essentiel. Que l'on fabrique des yaourts, du fromage, du beurre ou de la charcuterie biologique, la qualité du produit fini sera fonction, en grande partie des méthodes utilisées à la production ou à l'élevage. Bien sûr, les méthodes utilisées pour la transformation doivent elles aussi, prendre soin de cette matière première pour éviter toutes pertes nutritionnelles ou gustatives.

• A la ferme de Ker-Oga, tous les produits proposés (produits laitiers, viande bovine et porcine) sont élaborés à partir d'animaux élevés à la ferme selon les normes de l'agriculture biologique (certifiée AB). La base de la philosophie de Gaëlle et René tient dans cette maxime « Le bonheur est dans le pré », c'est pourquoi les veaux des allaitantes sont élevés au lait sous la mère, ceux des laitières nourris au biberon de lait de la ferme. Les vaches sont sorties à la pâture le plus longtemps possible : généralement de mi février à mi novembre).

• En exclusivité pour l'Echo De Saison, Hulk un des 2 taureaux de la ferme nous a livré son quotidien pour l'Amap :

" On m'appelle Hulk, je suis un des taureaux de la ferme de Ker-Oga. J'ai 2,5 ans, je suis un beau bébé d'environ 800 Kg de race Normande. Je fais partie du troupeau des vaches laitières dont je suis le géniteur. Dommage qu'à la ferme, ce n'est pas, comme c'est souvent le cas "La loi du plus fort !" qui s'applique. J'avais mes chances ! Cette semaine nous avons eu la visite de 2 amapiens un peu étranges, qui n'osaient pas passer la clôture pour venir nous voir comme Gaëlle et Solenn le font quotidiennement. Allez comprendre ! Les hommes seraient-ils plus craintifs ? (NdIR : Attention ! Pas de conclusion trop hâtive. Craintif ne veut pas dire trouillard. Disons plutôt prudent).

- Pendant la période de début du printemps à la fin de l'automne les vaches laitières rentrent à l'étable à la fin de la journée pour y être traites.

Elles ne regagnent la pâture que le lendemain matin après une nouvelle traite. Hors de cette période les vaches restent à la prairie nuit et jour en faisant un petit passage à la salle de traite 2 fois par jour.

- J'ai un "vieux" collègue (4 ans) qu'on appelle "Fantôme" et qui est de race Charolaise. Il fait partie du troupeau des allaitantes dont il est le géniteur. Nous ne nous voyons pas souvent car nous avons un principe commun "Chacun chez soi et les vaches seront bien gardées". Contrairement aux vaches laitières de "mon" troupeau, les vaches allaitantes du "sien" ne rentrent pas à l'étable.

- Notre mission est d'assurer la reproduction du troupeau suivant la méthode dite de monte naturelle, la mieux adaptée, selon moi, à l'équilibre physique et psychique de l'ensemble du troupeau. Pour nos 2 troupeaux, la reproduction est fonction de la période de chaleurs de la vache, et est généralement annuelle puisque la production de lait dépend de la naissance du veau.

- Un troisième troupeau existe sur la ferme et est constitué des génisses et des vaches taries, toutes races confondues. A partir d'environ 30 mois, les génisses seront inséminées (insémination artificielle) afin qu'elles donnent naissance à leur 1er veau et qu'elles deviennent, à leur tour, vaches laitières ou allaitantes en fonction de leur race. Elles iront remplacer leurs aînées arrivées en fin de carrière dans le troupeau correspondant ou agrandir ce troupeau ".

UNE SAISON **D**ANS LES CHAMPS L'HIVER **e** nos producteurs

• Le cheptel de la ferme est constitué de plusieurs races : (*)

- Pour le troupeau des vaches laitières :

- La Normande : C'est une race laitière à double aptitude, elle permet à Gaëlle, René et Solenn de produire un lait de qualité, ainsi qu'une viande reconnue pour sa saveur. Son lait est riche, autant en Matière Grasse qu'en Matière Protéique. Il est, de plus, très recherché pour la transformation et a contribué à la réputation des fromages, beurres et crèmes de Normandie et maintenant de Ker-Oga.



- La Pie noir croisée Holstein : C'est la première race laitière française. Elle porte une robe à taches blanches et noires bien délimitées. Elle est peu adaptée à la fabrication de fromage de par la composition de son lait (moins riche en caséines nécessaires à la fabrication de fromages).



- La Vosgienne : Cette race a toujours été utilisée pour la production du lait qui alimente les ateliers de transformation des éleveurs. Le lait de la Vosgienne se prête bien à la transformation fromagère (on parle de fromageabilité du lait). Les produits qui en résultent sont reconnus pour les saveurs particulières qu'ils possèdent. A Ker-Oga, on en fait du fromage très apprécié, entre autres, des amapiens.



- Pour le troupeau des vaches allaitantes :

- La charolaise est une race bovine française vouée principalement à la production de viande. Fournissant une viande peu grasse et de bonne qualité gustative, elle est réputée pour ses qualités bouchères mais aussi pour sa rusticité et sa docilité. Docilité vérifiée et confirmée par nos 2 amapiens craintifs du début de la visite.



(*) Origine : Ker-Oga + sites officiels des races

• L'élevage des 3 troupeaux de vaches de Ker-Oga est basé principalement sur une alimentation à base d'herbe. Une vie extérieure, à la pâture ... **ne serait-ce pas la solution la mieux adaptée pour des herbivores ruminants ?**

• Les terres à pâture, sur la ferme de Ker-Oga, sont découpées en parcelles permettant une rotation optimale des troupeaux garantissant la meilleure qualité de l'herbe et au final la meilleure performance en terme de production de lait, d'engraissement, ... L'herbe pâturée est un fourrage de valeur nutritive élevée, peu coûteux à produire et à récolter mais qui exige une gestion optimum des conditions de pâturage (mélange de semences adaptées, hauteur de l'herbe en début et fin de pâturage, ...). A Ker-Oga, les pâtures sont mixtes et implantées d'un mélange d'espèces fourragères (Ray-grass, fétuque, fléole, luzerne, ...) correspondant à la solution la plus pertinente pour la terre de la ferme et le besoin des animaux.



Un des Border-Collie de la ferme

• Deux chiens "Border-Collie", appelés Gaspard et Bonnie participent aux déplacements des troupeaux (transfert entre parcelles, rentrée à l'étable et retour à la pâture, ...). Ce sont des chiens très adaptés à la garde et aux déplacements des troupeaux.

Bon hiver à tous.

Gaëlle, René, Solenn et toute la famille

Merci à Gaëlle, René et Solenn pour avoir accueilli ces 2 amapiens, plus familiarisés avec la souris de leur PC qu'avec les vaches et les taureaux de Ker-Oga, même dociles ! Ils peuvent

désormais crier haut et fort "Même pas peur !". Des amapiens vraiment courageux. Pour en savoir + : rubrique "photos" du site de l'Amap : www.amapmondégacilienne.free.fr



DISTRIBUTION

Hiver 2014

Date distribution	Pain	Confitures	Oeufs	Poulets	Légumes	Miel	Kiwis	Pommes	Produits laitiers	Fromage de chèvre	Farine		
03/12/2014	X		X		X		X	(1)	X		X		
10/12/2014	X			X	X				X	X			
17/12/2014	X		X		X				X				
24/12/2014	(3)												
31/12/2014	(3)												
07/01/2015	X		X	X		X			X		X		
14/01/2015	X								X				
21/01/2015	X		X						X				
28/01/2015	X								X				
04/02/2015	X		X	X					X		X		
11/02/2015	X								X				
18/02/2015	X		X						X	X			
25/02/2015	X								X				
04/03/2015	X		X	X		X			X	X	X		
11/03/2015	X								X				
18/03/2015	X		X						X	X			
25/03/2015	X								X				
01/04/2015	X		X	X					X	X	X		
08/04/2015	X								X				
15/04/2015	X		X						X	X			
22/04/2015	X								X				
29/04/2015	X		X						X	X			
06/05/2015	X			X	X	X			X		X		
13/05/2015	X		X		X				X	X			
20/05/2015	X				X				X				
27/05/2015	X		X		X				X	X			
03/06/2015	X			X	X				X		X		

En attente du rétablissement de Patrick

(2) en fonction de la météo

- Contrat en cours
- Contrat suivant

(1) Pommes à la commande.

(2) La date de reprise des légumes dépendant de la météo vous sera communiquée ultérieurement.

(3) Dominique boulange les 24 et 31/12. Il est possible de commander du pain.

LES PURINS :

- LA TANAISIE (1) :

• L'infusion de tanaisie :

Pour l'infusion, on utilise la plante entière.

- Hacher finement 30 g de tanaisie sèche ou 300 g de tanaisie fraîche ;

- Disposer la plante hachée dans un récipient non métallique et versez-y 1 litre d'eau de pluie bouillante ;

- Couvrir et laisser infuser pendant 24 heures ;

- Filtrer et utiliser la préparation diluée à 10 % (il est possible de l'utiliser non diluée en cas d'attaques particulièrement virulentes) dans les jours qui suivent et selon les modalités suivantes :

- Pulvériser au printemps et à l'automne sur les fraisiers ou les ronciers contre les acariens.

- Pulvériser avant le semis pour prévenir de la mouche des semis (haricots, pois, salades épinards...).

- Pulvériser pendant les vols de cécidomye (mouche) sur les pois.

- Pulvériser sur les pruniers (après floraison) pour lutter contre l'hoplocampe.

• Le purin de tanaisie :

- Mettre à fermenter (dans un récipient non métallique) 2 kg de plante entière fraîche dans 10 litres d'eau de pluie ;

- Couvrir et brasser quotidiennement le purin ;

- Le purin est prêt lorsque l'on n'observe plus de bulles quand on brasse (cela demande environ 10 à 15 jours selon la chaleur) ;

- Filtrer et utiliser le purin dilué à 10 ou 20 % en arrosage au pied des plantes que l'on souhaite protéger. Cela éloigne de nombreux insectes et aurait également une action préventive contre la rouille et le mildiou.

Attention ! La tanaisie est toxique et doit être employée à faible dose et avec les plus grandes précautions !

RECETTE de Saison

Velouté de chou rouge au bacon (2)

Temps de préparation : 10 minutes

Temps de cuisson : 20 minutes

Ingrédients : (pour 6 personnes)

1 petit chou rouge

4 grosses pommes de terre

1 bouillon cube aux légumes

2 beaux oignons

1 noisette de beurre

5 tranches de bacon

De la crème liquide

Du sel, poivre

Préparation :

- Eplucher et laver les légumes les couper en morceaux.

- Mettre les choux rouges, les pommes de terre et un oignon émincé dans la cocotte minute avec le bouillon cube. Couvrir d'eau. Laisser cuire 20 min.

- Pendant ce temps faites blondir l'oignon avec la noisette de beurre, y ajouter le bacon émincé en lanière, faire dorer. Réserver.

- Mixer les légumes jusqu'à obtention d'un velouté crémeux.

Servez aussitôt, avec un trait de crème liquide et ajouter au centre de l'assiette votre bacon émincé et vos oignons dorés.





A la Loupe

Le Chou Rouge ⁽¹⁾



Description :

- Les choux appartiennent à la vaste famille des brassicacées, qui comprend quelques centaines de genres botaniques et quelques milliers d'espèces. Dans cette famille figurent bon nombre de plantes comestibles d'importance commerciale : radis, navet, rutabaga, moutarde, cresson, canola, roquette et multiples légumes typiques de la cuisine chinoise.

- Le chou rouge est une forme de chou cabus - la plupart du temps de couleur pourpre - aux propriétés culinaires et chimiques diverses.

- La couleur de ses feuilles peut varier selon l'acidité du sol en raison des propriétés acido-basiques de molécules de la famille des anthocyanes entrant dans les composants du chou rouge. Cultivé sur des sols acides, le chou rouge prend une teinte plutôt rougeâtre alors que sur des terres basiques, le chou rouge est parfois bleuté. Cette propriété est exploitée pour faire du jus de chou rouge un indicateur coloré naturel de pH.

- Cuisiné, le chou rouge tournera normalement au bleu. Pour maintenir une couleur rouge, on peut l'arroser de vinaigre ou le cuire avec des fruits au jus naturellement acide.

- Le chou rouge a besoin d'un sol bien fertilisé et d'une humidité suffisante pour se développer. C'est une plante saisonnière qui est semée au printemps et récoltée à l'automne. Le chou rouge se conserve plus longtemps que les autres variétés de chou.

- Le chou rouge produit une couche de pruine

qui le protège du soleil et de la sécheresse :

- elle est de couleur claire et réfléchit la lumière du soleil ;

- elle a une structure cristallographique très résistante au mouillage ;

- elle est constituée d'acides gras (de la série C14 ou supérieurs) très hydrophobes et imperméables à l'eau ;

- elle est très mince et très fragile, formée de minces colonnes très serrées qui maintiennent l'eau sur leur pointe.

- Le chou rouge contient des colorants (les anthocyanes) qui ont la propriété de changer de couleur en fonction du pH. C'est de ce fait le plus populaire des indicateurs de pH naturels, utilisé pour enseigner les réactions acide-base à des élèves dès le collège.

Pour extraire ces colorants, il suffit de porter à ébullition de l'eau contenant des feuilles de chou rouges pour en faire une décoction.

- Le jus en milieu acide devient rose (avec du vinaigre ou du jus de citron).

- Le jus en milieu peu basique (pH = 8) devient bleu (avec du bicarbonate de soude).

- Le jus en milieu basique (pH > 9) devient vert (avec de l'effaceur).

Le pigment est détruit en milieu très basique (pH > 12), le colorant devient jaune et ne peut plus changer de couleur.

L'eau de Javel décolore le jus.

Le chou rouge fonctionne de la même façon que le papier tournesol mais pas avec les mêmes couleurs.

BON A SAVOIR !

- Très exigeant pour le sol, le chou demande une bonne fumure. En outre, pour réduire l'incidence de certaines maladies, une rotation de quatre ans s'impose.

- Se rappeler que le radis, le navet et la moutarde font partie de la même famille et ne doivent pas faire partie de la rotation.

⁽¹⁾ Source : Internet wikipedia.org