



## Edito

Je me souviens, c'était hier, de l'arrivée du 1er téléviseur à la maison, dans les années 60. C'était un modeste 55 cm, noir et blanc, ne proposant qu'une seule chaîne et pourtant son arrivée avait engendré une telle joie pour toute la famille que ce souvenir reste intact. Aujourd'hui, dans une famille, l'arrivée de la n<sup>ème</sup> TV couleur à écran plat 126 cm, HD, LED, proposant des centaines de chaînes, pour la chambre du n<sup>ème</sup> enfant, laisse tout le monde indifférent.

• Eh oui ! depuis, nous sommes entrés dans l'ère de la société de consommation. Une société de désirs plutôt que de besoins. Par tous les médias, par la grande distribution, ... nous sommes submergés par des offres innombrables qui transforment en besoin ce qui ne serait, sans elles, que des envies de superflu. Ces sollicitations perpétuelles nous ont rendus de plus en plus intolérants à la frustration qu'elles engendrent. Cette frustration inhérente à toute évolution technique continue. La comparaison de ce que nous possédons avec ce qui est désormais sur le marché, la sur-sollicitation d'un marketing de plus en plus sophistiqué pour nous vanter leurs nouveaux produits et nous démontrer qu'ils sont plus beaux, plus performants et encore plus indispensables que leurs versions antérieures, ne peuvent engendrer qu'une insatisfaction permanente. Ce que j'ai acheté hier est obsolète en comparaison de ce qui est produit aujourd'hui. Comment se passer de cette fonctionnalité nouvelle, présente dans tous les mobiles vendues ? Combien d'entre nous garderont un vêtement jusqu'à l'usure si les multiples tentations publicitaires nous démontrent qu'il est démodé ? Ce manque permanent nous pousse vers le « toujours plus » qui

## Surconsommation :

Une autre voie possible ?

est conforté par un argument présenté comme "rationnel" bien que la réalité économique et écologique l'invalide aujourd'hui :

Consommer plus constituerait le moteur principal de la croissance.

• Le prix à payer est toutefois assez lourd. D'une part nous détruisons la planète, d'autre part nous nous trouvons condamnés à supporter cette contradiction d'être à la fois comblés et insatisfaits. Les plus aisés qui ont cru que l'achat d'un produit était la garantie d'un bonheur assuré et les autres, frustrés de ne pas avoir pu accéder à ce produit tendance mais à un produit similaire moins performant.

• La contrepartie de cet état de désir entretenu est LA FRUSTRATION PERMANENTE. Elle est d'autant plus forte que dans notre vie, l'achat et le désir d'achat ont pris de l'importance au détriment d'activités sociales ou de loisirs productifs et créatifs, pourtant bcp + épanouissants.

**• Le printemps est venu, la terre de Trélo a reçu l'étreinte du soleil et nous verrons bientôt dans notre panier les fruits nés de cet amour !**

**Espérons que cette sagesse indienne inspire notre monde matérialiste en lui montrant la véritable voie du bonheur !!!**

Alain

Le bonheur  
est  
dans le pré !



## Sommaire :

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



## EN BREF

### Enquête de satisfaction :

- Vous avez été 17 à répondre à l'enquête de satisfaction envoyée en 12/2014.

Globalement satisfaits du fonctionnement de l'AMAP, vous souhaitez cependant voir améliorer quelques points :

- **Le lieu de distribution** (les halles) que la taille semble peu convenir pour la convivialité attendue.
- **Le jour de la distribution** : le mercredi étant déjà très chargé avec les différentes activités des enfants.
- **La durée des contrats** qui, pour certains prévus sur 1 an, vous semblent excessive.
- **La récupération du panier** chaque semaine pendant toute la durée du contrat est une contrainte majeure pour une partie d'entre vous.
- En terme de communication, **une meilleure connaissance des référents** vous paraît nécessaire.

A part ces quelques éléments de fonctionnement de l'AMAP vous êtes satisfaits des produits proposés et de la relation qu'entretiennent les producteurs avec nous.

Suite au résultat de ce sondage et à la réduction du nombre des adhésions (ayant pour conséquence directe la réduction du nombre de contrats) les producteurs, référents et membres du bureau se sont retrouvés sous les halles le 25/02 pour essayer de répondre à ces différentes attentes.

### Les décisions suivantes ont été arrêtées :

- **La durée des contrats** sera réduite et généralement semestrielle.
- **Le jour de distribution** va passer au mardi. Le mercredi étant généralement déjà très chargé (activités des enfants, ...).
- **La fréquence des livraisons** de légumes sera proposée soit hebdo, soit bi-mensuelle.
- **Des jokers** seront joints aux contrats légumes et pain afin de permettre aux adhérents de "sauter" quelques distributions (absences congés, ...).
- **Un trombinoscope** va être effectué et affiché lors de la distribution afin de vous permettre de mieux identifier référents et ...
- **Un lieu de dépôt** des paniers non récupérés dans

## PÊLE-MÊLE

l'horaire de distribution" est à l'étude.

- Le lieu de distribution sera maintenu sous les halles pour cause de logistique et de coût (disponibilité de tables, vitrines réfrigérées, espace de stockage au sous-sol ... sans oublier sa gratuité).
- Si vous souhaitez d'autres améliorations, n'hésitez pas à en parler. Elles seront prises en compte, dans la mesure du possible bien sur.

### A la ferme de nos producteurs :

- **Ferme de Ker-Oga** à St Martin sur Oust (René et Gaëlle Sonney : Producteurs de viande et produits laitiers) :
  - Un nouveau hangar de stabulation libre a vu le jour à la ferme. Si vous souhaitez voir le déroulement de sa construction allez sur le site de l'AMAP (rubrique "Actualités - Photos"). Le prochain n° de la feuille de chou (Été 2015) y consacrerait un article. Cette stabulation a été réalisée en douglas, entièrement sur place par un jeune artisan charpentier d'Elven.
  - La ferme héberge désormais un lot d'une dizaine de chèvres dont l'objectif est d'entretenir les zones non exploitées (talus, chemins, pourtour des bâtiments, ...). De petits chevreaux ont vus le jour en février.
- **Ferme La Pyrénéenne** à Caden (Marie-Claude Nicolas : productrice de fromages de chèvres) :
  - La mise bas des chèvres de Marie-Claude a eu lieu comme chaque année en février. Cette année une centaine de chevreaux ont vu le jour. Cette période est difficile pour Marie-Claude qui, en plus de son travail habituel, doit suivre de près chacune des chèvres et s'occuper des chevreaux dès leur naissance : toilette à l'eau, séchage à la paille, apprentissage de la têtée, ... On ne s'ennuie pas à la ferme "La Pyrénéenne".
  - Le nombre de contrats 2015 ne permet pas à Marie-Claude de se déplacer à l'AMAP chaque semaine. Elle ne fournira donc plus l'AMAP'Monde. Vous pourrez la retrouver chaque samedi au marché de La Gacilly.

## ●●● Suite !

• **Ferme du Goulet** à Rieux (oeufs : Philippe, Jean-Charles et Rachël Rouxel).

- Du nouveau à la ferme du Goulet : Un nouveau poulailler a vu le jour sur la ferme du Goulet hébergeant 600 poules pondeuses de race Marans. La Marans est bonne pondeuse, rustique et solide qui présente la particularité de pondre des œufs dits "extra-roux" les plus beaux et les plus foncés qui soient en couleur et brillance, ce qui lui vaut le surnom de « poule aux œufs d'or ».



- Un nouveau contrat "Oeufs" vous sera bientôt proposé. avec choix entre Marans / Hyline.

- Pour en savoir + sur la ferme : Cf page 5.

• **Ferme de Bodlguen** à Tréal (Dominique : pay-san boulanger)

- Dominique se propose de nous livrer du jus de pommes en contrat mensuel à partir d'avril 2015. Des galettes (ou crêpes de blé noir pour les bretons de l'ouest) pourraient être également livrées par dominique (mini 4 galettes à 0.60 € / galette).

- Un mail va être envoyé à tous les adhérents afin de connaître les personnes intéressées par ces galettes. En fonction du nombre de réponses positives, une offre pourrait être mise en place.

• **Ferme de Trélo** à Carentoir (Aude : maraîchère)

Courant juin, Aude organisera une porte ouverte à la ferme du Trélo en coopération avec Dominique, notre paysan-boulangier. Au programme de cette porte ouverte :

- Visite des différentes parcelles de culture en pleine terre et des serres du Potager de Trélo par Aude.

- Présentation du processus de fabrication de la farine et du pain par Dominique.

### **Distribution :**

• **Du nouveau à l'AMAP'Monde :**

- Le nombre d'adhérents est en baisse importante depuis 2014 avec pour conséquence pour nos producteurs la baisse du nombre de leurs contrats respectifs.

- Espérons que les actions proposées pour assouplir les contraintes des contrats 2015, inciteront de nouveaux adhérents à nous rejoindre. :

Proposition de contrats légumes "été" et "hiver" avec fréquence hebdo ou bi-mensuelle,

Mise à disposition de jokers (pain et légumes) permettant de sauter des distributions.

Passage du jour de distribution au mardi.

Réduction de la durée des contrats,

• Suspension de la distribution du fromage de chèvre. Le nombre de contrats étant, pour l'instant, insuffisant au vu du déplacement de Marie-Claude (Caden). Une décision sera prise en fonction de l'évolution de ces contrats. En attendant, vous pouvez la retrouver sous les halles le samedi matin lors du marché.

### **Renouvellement des contrats :**

• **Rappel des dates de début de contrats :**

- Pain ..... : 04/2015

- Farine ..... : 04/2015

- Légumes ..... : 04 ou 05/2015 (en fonction de la météo)

- N'oubliez pas leur renouvellement. (contrats disponibles sur le site de l'AMAP'Monde ([www.amapmondegacilienne.free.fr](http://www.amapmondegacilienne.free.fr)) - rubrique "Infothèque - Contrat" ou sous les halles lors d'une distribution.

- Pour toutes questions concernant ces contrats, n'hésitez pas à contacter Catherine Soullaine, référente pour le pain et la farine, et Céline Teillet ou Fabrice Beun référents pour les légumes.

### **Evénements :**

• **Marche contre Monsanto :**

- L'AMAP'Monde s'associe à la journée mondiale contre Monsanto et pour l'Agro-Ecologie en organisant une marche locale le 23/05/2015.

- Une communication sera faite début mai vous précisant son organisation détaillée.

Plus d'infos sur cette journée mondiale sur le site de l'AMAP'Monde (Rubrique "Actualités/Flash-Infos).

# UNE SAISON **D**ANS LES CHAMPS

LE PRINTEMPS **e** nos producteurs



- Même si l'hirondelle ne fait pas le printemps, le mois de mars, lui, nous annonce des jours plus longs, une température plus douce, une végétation renaissante. La verdure qui naît, l'oiseau qui chante, la fleur qui s'ouvre et le soleil qui revient embellir la vie.
- Le printemps est un devenir. C'est le temps des promesses, la saison de la préparation, de l'espoir, du bourgeon plein d'envies annonçant l'épanouissement de la fleur à venir. Sur la branche encore nue et sur la terre brune, tout se prépare à surgir, précédé par l'aubépine dans les haies et par le coucou dans le ciel.

... Et pour nos producteurs ?

## Qui veut l'oeuf, accepte le caquetage des poules : Philippe, Jean-Charles et Rachel Rouxel à Rieux

- Depuis les temps les plus anciens, les œufs de diverses espèces d'oiseaux sont consommés par les hommes. A l'époque des chasseurs-cueilleurs, les œufs de canes, d'oies, de pigeons, de cailles, voire d'autruches, de tous les volatiles dont on pouvait vider les nids, étaient ramassés. Gobés, ils nourrissaient quand la viande faisait défaut. Un bon moyen de parer au manque de protéines animales.
- Aujourd'hui, on connaît de nombreuses recettes utilisant cet aliment qui figure de + en + souvent au menu. Avec 210 œufs consommés en 2011 (estimations du SSP : Service de la Statistique et de la Prospective du Ministère de l'Agriculture) le français demeure l'un des plus gros consommateurs d'œufs de l'UE.

• La ferme du Goulet, nom du lieu-dit à Rieux (\*) est une ferme familiale qui se transmet de génération en génération. C'est Philippe, le fils aîné de la famille qui a succédé à ses parents. A l'époque, la ferme était spécialisée dans la production de volailles en agriculture conventionnelle. Il a été rejoint dans un premier temps par sa femme, Rachel qui a quitté son emploi à Nantes puis, par son frère Jean-Charles, maraîcher. Progressivement l'exploitation a été adaptée pour une réorientation vers l'élevage de poules pondeuses et la production maraîchère dans un objectif de préservation des ressources naturelles, de respect du bien-être animal et de qualité des produits proposés. C'est dans ce cadre que l'exploitation a été certifiée BIO (AB) en septembre 2009.

• La ferme comprend 32 ha éclatés en 3 domaines d'activité : une partie réservée à la culture maraîchère (4 ha), une partie conservée en marais (8 ha) et la dernière destinée à l'élevage de poules pondeuses (18 ha pour la culture céréalière et 2 ha pour les parcours herbeux). La place réservée à l'élevage s'étendant progressivement au détriment du maraîchage.



Les poules en liberté

• Les poules pondeuses, au nombre de 1700, sont de race « Hyline ». Ce sont des poules clas-

sées rustiques, aptes à rester dehors et bonnes pondeuses. Un des atouts de ces poules repose sur leur comportement en élevage, manifestant un bon comportement en groupe. Elles sont calmes, familières, dociles et non craintives. Réparties en 2 lots logeant dans 2 poulaillers fixes ouverts sur un parcours herbeux, elles alternent la journée entre le poulailler et la prairie parsemée d'arbres leur fournissant l'ombre qu'elles apprécient particulièrement en période de forte chaleur. A la tombée de la nuit, les poules rentrent seules à l'abri. Les jours de pleine lune pouvant troubler ce comportement et exiger de faire un tour pour "remettre à l'heure" les récalcitrantes.



Poules Hyline

• Le poulailler est fixe, en forme de tunnel. L'aire de vie intérieure des poules est scindée en une partie surélevée sur caillebotis, une autre, constituée de terre battue, intermédiaire entre le parcours herbeux et le poulailler. L'équipement intérieur se situe sur la partie en caillebotis. C'est là que sont disposés les perchoirs sur lesquels dorment les poules et les systèmes de distribution de l'alimentation et de l'eau. Enfin, accolée à cette zone de vie, une zone de ponte est installée. Depuis notre dernière visite (09/2010) les pondoirs individuels ont été remplacés par des pondoirs collectifs, ceux-ci n'incitant pas les poules

### Qui veut l'oeuf, accepte le caquetage des poules ... Suite !

à y dormir, ce qui leur permet de rester propres, ainsi que les oeufs par la même occasion.

- A l'arrière de ces pondoirs, un couloir, non accessible aux poules, a été aménagé pour collec-



ter les oeufs. Un système inédit de ramassage est opérationnel à la ferme du Goulet : le ramassage à la tondeuse. Original et très efficace c'est une ancienne tondeuse qui permet aux exploitants de se déplacer le long des pondoirs pour ramasser les oeufs. Près de ce couloir de collecte, une aire de préparation des oeufs a été aménagée. Cette pièce est équipée d'une table de

calibrage qui permet de trier les oeufs selon leur taille (enlever les petits oeufs) et leurs défauts (œufs sales et/ou fêlés) et de les mettre en alvéole afin de les stocker et/ou de les transporter.



calibrage qui permet de trier les oeufs selon leur taille (enlever les petits oeufs) et leurs défauts (œufs sales et/ou fêlés) et de les mettre en alvéole afin de les stocker et/ou de les transporter.

- Le 1er lot de poules comprend celles arrivées en fin d'activité (après une production d'environ 14 à 15 mois) et le second les jeunes poulettes arrivées à la ferme âgées de 17 à 18 semaines. Au début de leur carrière prometteuse, ces jeunettes ont une petite période de "formation" de quelques semaines (enfermement dans le poulailler) leur permettant de s'adapter à ce nouvel environnement et d'acquérir le bon geste consistant à pondre dans le pondoir et ainsi faciliter le ramassage des œufs. La ponte des œufs est déterminée par la lumière reçue. L'heure de ponte étant conditionnée par le début de l'éclairage. Actuellement la ponte intervient à 80 % avant 10h30 pour un début d'éclairage vers 6h30.

- La ferme produit le volume de céréales nécessaire à la nourriture des poules afin de garder le lien indispensable au sol, mais actuellement ces céréales sont vendues. Le process de fabrication de la nourriture donnée aux poules utilisé jusqu'en 2011 (réalisation du mélange céréalier : blé, pois, féverole et maïs / concassage) n'étant pas optimum (matériel non adapté, perte importante suite au tri d'une partie de la nourriture obtenue, par les poules), l'aliment est provisoirement acheté à l'extérieur, en BIO naturellement, mais avec l'objectif d'investir dans le matériel ad'hoc

afin de redevenir autonome en produisant les granulés nécessaires. L'investissement requis étant, pour l'instant, trop important.

- Les soins apportés aux poules sont à base de plantes. Un vermifuge composé d'un mélange d'ail, de thym et d'armoise leur est administré contre les parasites (vers, ...), pour le foie, un produit à base de curcuma et en remplacement des antibiotiques un complément alimentaire également à base de plantes.

- La commercialisation des œufs se fait principalement via des Amap, magasins type « épiceries » (Vival de La Gacilly par exemple), restaurateurs locaux et sur les marchés. Actuellement 37 points de vente sont référencés. La commercialisation des légumes se fait, quant à elle, principalement sur les marchés locaux.

- Un des problèmes rencontrés est la lutte contre les prédateurs (principalement le renard). Pour y remédier, une nouvelle clôture en grillage galvanisé a remplacé l'ancienne clôture plastique et une clôture électrique, à hauteur de renard, y a été installée. Ce problème est particulièrement sensible au début du printemps, lors de la naissance des renardeaux qu'il faut nourrir. Un chien fait également partie du dispositif de sécurité sur la ferme.

***A noter que depuis notre visite la ferme s'est enrichie d'un nouveau lot de 600 poules Marans (Cf. page 3)***

(\* **Attention !** Si vous voulez aller faire une petite visite à la ferme en utilisant le GPS, saisissez « au Goulet à Rieux » et non « le Goulet à Rieux » car dans ce second cas vous vous retrouverez au village du Goulet à St Doly.

Bon printemps à tous.

Philippe

Merci à Philippe pour son accueil, sa disponibilité et toutes ses infos sur son métier. Pour en savoir + : rubrique "photos" du site de l'Amap : [www.amapmondégacilienne.free.fr](http://www.amapmondégacilienne.free.fr)



# DISTRIBUTION

## Printemps 2015

Date distribution	Pain	Confitures	Oeufs	Poulets	Légumes	Miel	Kiwis	Pommes	Produits laitiers	Fromage de chèvre	Farine	Jus de pommes	Galettes		
04/03/2015	X	En attente du rétablissement de Patrick	X	X	(2)	X		(1)	X		X				
11/03/2015	X									X					
18/03/2015	X			X						X					
25/03/2015	X									X					
31/03/2015	X			X						X	(3) Distribution suspendue en attente de décision				
07/04/2015	X					X				X			X	X	
14/04/2015	X			X						X					
21/04/2015	X									X					
28/04/2015	X			X						X					
05/05/2015	X					X	X	X		X			X	X	
12/05/2015	X			X		X			X						
19/05/2015	X					X			X						
26/05/2015	X			X		X			X						
02/06/2015	X				X	X			X			X	X		
09/06/2015	X			X		X			X						
16/06/2015	X					X			X						
23/06/2015	X			X		X			X						
30/06/2015	X					X			X						
07/07/2015	X			X	X	X	X		X			X	X		
15/07/2015 (4)	X					X			X						
21/07/2015	X			X		X			X						
28/07/2015	X					X			X						
04/08/2015	X			X	X	X			X		X	X			
11/08/2015	X					X			X						
18/08/2015	X			X		X			X						
25/08/2015	X					X			X						
01/09/2015	X			X	X	X	X		X		X	X			

Contrat en cours  
 Contrat suivant

- (1) Pommes à la commande.  
 (2) Reprise des légumes liée à la météo  
 (3) Etude en cours pour décision  
 (4) Livraison du 14/07 décalée (à confirmer)

## le compagnonnage :

### • Compagnonnage entre végétaux :

- Le compagnonnage végétal, appelé aussi culture associée, est une technique d'horticulture consistant à associer, au sein de mêmes cultures, des plantes compagnes l'une de l'autre.

- Ces plantes peuvent s'échanger divers services (fertilisation, action répulsive ou toxique sur des insectes spécifiques et/ou des mauvaises herbes). Ces interactions s'appellent l'allélopathie.

- Par extension, dans un jardin potager, on veille à ne pas cultiver côte à côte des plantes du même genre (pomme de terre et aubergine par exemple) qui risquent de se faire concurrence en recherchant les mêmes éléments dans le sol et en devenant une cible facile pour les mêmes maladies cryptogamiques et prédateurs.

- Le compagnonnage était pratiqué principalement avant l'invention des pesticides chimiques mais il est à nouveau utilisé depuis quelques années dans le cadre de l'agroécologie, de l'agriculture raisonnée, de l'agriculture biologique, ...

### • La zone florale ou la haie :

- Etablir des zones protégées où sera cultivée une diversité de plantes à fleurs attirantes.

- Ces zones de toutes tailles, sont réparties autour des parcelles pour créer des sortes de "centrales à insectes".

- Une grande diversité de plantes et de fleurs peuvent être utilisées pour attirer parasites et prédateurs. Elles doivent cependant être choisies avec précaution car il ne s'agit pas d'accroître la diversité des plantes à l'aveuglette : la complémentarité et la fonction des espèces végétales sont plus importantes que leur nombre.

## RECETTE de Saison

### Pain de courgettes (2) :

Temps de préparation : 25 minutes

Temps de cuisson : 45 minutes

Ingrédients : (pour 4 personnes)

- 3 grosses courgettes (ou 4 moyennes)
- 2 gousses d'ail
- sel, poivre, basilic
- 4 oeufs
- 1 petit pot de crème fraîche
- 3 ou 4 biscottes émiettées (chapelure)

### Préparation :

- Peler quelques courgettes (selon grosseur),

- Les couper en petits dés,

- Les faire revenir à l'huile d'olive 20 à 25 mn avec l'ail haché, le sel, le poivre et le basilic.

D'autre part :

- Battre énergiquement 4 oeufs,

- Y incorporer la crème fraîche et la chapelure.

- Mélanger le tout aux courgettes.

- Cuire environ 45 mn à four moyen, dans un moule à cake beurré et tapissé de rondelles de courgettes.

- Servir tiède ou froid.





# A la Loupe

## La Courgette <sup>(1)</sup>



### Description :

- La courgette est une plante de la famille des Cucurbitaceae (dont fait partie aussi la citrouille véritable). On dénomme le fruit de cette plante par le même nom. La courgette, plus allongée et plus petite, est une courge cueillie très jeune, bien avant sa maturité, d'où son nom qui en est le diminutif (formé à l'aide du suffixe -ette).
- La courgette est un fruit de forme allongée ou ronde, et de couleur verte ou jaune. Elle a l'allure d'un grand concombre. Bien qu'il s'agisse d'un fruit au sens botanique du terme parce qu'elle contient les graines de la plante, elle est communément utilisée comme un légume.
- La courgette est facile à cultiver dans un jardin potager familial. Le plus simple et le plus sûr consiste à repiquer au printemps de jeunes plants achetés à un professionnel. La plante adulte couvre un cercle d'environ un mètre de diamètre. Un pied produit des fleurs mâles stériles et femelles fructifères sur une période de

plusieurs mois. Une fois formé, le fruit grossit vite et passe en quelques jours de courgette prête à consommer à courge moins tendre à croquer (car les nombreuses grosses graines apparaissent et la peau devient plus épaisse).

- La courgette se mange cuite ou crue comme se mange le concombre. Elle est courante dans la gastronomie méditerranéenne. Cuite, elle se mange bouillie et accompagnée d'autres légumes, comme dans la ratatouille, sautée, frite, farcie, en gratin ou en soupe. Dans la soupe, elle remplace la pomme de terre.

- Une attention doit être portée sur la possible toxicité de courgettes hybrides issues de croisement incontrôlé lors de la pollinisation par des abeilles avec des courges coloquintes ; la toxicité provenant de la cucurbitacine se traduit au goût par une forte amertume et, après ingestion, par de graves diarrhées. Même les fleurs en beignets sont aussi toxiques. Trois à quatre fleurs suffisent pour provoquer dans les vingt quatre heures migraines, vomissements et diarrhées.

### BON A SAVOIR !

- Semer chaque semaine jusqu'au 15 juillet pour avoir une production étalée de la mi-juin à la fin octobre.
- Pailler le sol autour des cucurbitacées pour conserver l'humidité dans le sol en limitant l'évaporation et offrir un "matelas" sec aux fruits poussant à même le sol.
- Pour mieux fructifier, les lianes des courges doivent être taillées environ 25 cm après le dernier fruit conservé.
- Moins on garde de fruit, plus ils seront gros.

Récoltez les courgettes environ 60 jours après le semis (donc avant maturité complète sauf si on souhaite récupérer des graines pour la saison suivante)

<sup>(1)</sup> Source : [Internet wikipedia.org](http://Internet.wikipedia.org)