

Lettre d'information du mois de janvier.

L'ensemble du conseil d'administration vous présente ses meilleurs vœux pour 2013 et vous donne rendez-vous le 12 janvier pour la brioche des rois.

Pour cette nouvelle année, nous avons revu la trame de notre petit bulletin et créé des rubriques. Ceci afin de proposer quelque chose de plus structuré et qui restera inchangé toute l'année. Bonne lecture.

Dans nos jardins.....

Le froid, la neige, quoi de plus naturel en cette saison ?

Cependant un point positif, les jours les plus courts sont terminés.

Après ces chutes de neige, il est utile de refaire un tour dans le jardin pour revoir les protections, si aucune n'a bougé ou n'a été oubliée.

Il faut surveiller lors des chutes de neige les conifères et tout arbre isolé, il faut prendre soin de décharger les branches en commençant par les branches les plus basses et en montant.

Les haies taillées plates sur le dessus seront déchargées avec un balai brosse pour faire tomber la neige sur un côté et non à l'intérieur.

Faire un tour dans le verger, surveiller la résistance des tuteurs des jeunes arbres, le pied de vos arbres doit rester protégé au dessus du point de greffe.

En cas de très grand froid, il est prudent de les protéger par un voile d'hivernage .

La saison est propice à la mise en place de divers végétaux à racines nues.

Il est indispensable d'écouter la météo annonçant une période sans gel (en cas de gel, il faut laisser les arbustes en jauge ou au moins à l'intérieur en protégeant les racines dans du papier journal).

On peut faire les trous, préparer les tuteurs et les planter du côté des vents dominants.

C'est le moment idéal pour mettre l'engrais de fond au jardin (engrais conseillé le Patenkali qui sera très prochainement disponible chez Robert LIONS).

Janvier au verger.

En ce début d'année, les jours sans gelées seront réservés à la taille de nos différents fruitiers et à finir les plantations.

Nous avons la chance d'avoir parmi nous un professeur arboriculteur, son expérience est grande, à nous d'ouvrir nos yeux et nos oreilles.

A ce sujet, ne manquez pas de demander conseil à Claude Rosset notre intervenant avant d'acheter des portes greffes.

Le tableau ci-dessous indique les périodes de taille qui donne la forme et la mise à fruits et les périodes de pincements qui donne la vigueur.

X= taille O= pincements ◆= taille de récolte

Espèces	J	F	M	A	M	Juin	J	A	S	O	N	D
Abricotier	X	X		O	O		◆	◆			X	X
Actinidia (Kiwi)		X					O					
Amandier	X			O	O					X	X	
Cassissier		X										
Cerisier											X	
Châtaignier	X	X									X	X
Cognassier	X	X									X	X
Figuier	X	X									X	
Framboisier		X				O	O		X		X	
Groseillier à grappes		X										
Groseillier à maquereaux		X										
Kaki	X	X									X	X
Myrtillier		X	X									
Néflier	X	X									X	X
Noisetier	X	X									X	X
Noyer										X	X	
Olivier			X									
Oranger		X	X									
Pêcher		X		O	O		◆	◆				
Poirier	X	X									X	X
Pommier	X	X									X	X
Prunier	X	X									X	X
Vigne		X	X		O	O	O	O	O			

Un petit bricoleur fera facilement ce châssis.



Matériel qu'il faut envisager d'acheter ou de récupérer en déchetterie.

Partie avant : 1 planche longue de 1mètre et de largeur 20 cm.

Partie arrière : 1 planche longue de 1 mètre et de largeur 30 cm.

Les 2 cotés : 2 planches longues de 1 mètre et large de 30 cm.

Sur le dessus de ces deux planches, faire une coupe en diagonale pour avoir une hauteur à l'arrière de 30cm et à l'avant de 20 cm, ceci donnera la pente pour l'écoulement de l'eau.

Pour rejoindre ces quatre planches, un piquet carré ou un fer cornière aux quatre coins pourra convenir. Faire un assemblage avec des boulons zingués, il pourra être démonté.

Sur la planche arrière et celle avant, visser un liteau à 30mm du bord supérieur de la planche. Sur ce liteau, viendront prendre appui d'autres liteaux posés perpendiculairement, de haut en bas.

Le but est de soutenir le plastique sur le dessus et permettre l'écoulement de l'eau de pluie.

Sur le dessus, on peut faire un cadre en liteaux de 27mm de côté ou en petites planches plates et agraffer le plastique.

Prendre du plastique 200 microns (plastique serre).

Pour du bois peu cher, vous pouvez aller voir chez Passiflore à Tullins.

Légumes, fruits ou plantes du mois.

Suite de l'article sur le safran.



De la famille des Iridacées, le bulbe de Safran, appelé cormus, est recouvert d'un manteau composé d'un amas de petits fils beiges.

Ce sont les yeux que protège ce manteau qui donneront naissance à un bouquet de feuilles.

Les feuilles, au limbe étroit et linéaire sont vertes, brillantes et caduques.

Les feuilles apparaissent avant ou après l'éclosion de la fleur.

Le *Crocus Sativus* est une plante à végétation inversée. En effet, le bulbe se réveille vers la fin du mois d'août, lorsque la température nocturne approche les 17°C. Les 1ères fleurs éclosent lorsque la température nocturne descend autour des 10°C. A titre d'illustration, sur ma Safranière, la récolte de cet automne 2012 a débuté le 03 octobre, avec un pic de floraison la 2ème semaine d'octobre.

La fleur, protégée d'une gaine blanche éclot au soleil et meurt en 24 à 48 heures. Cette fleur, haute de 10cm environ, est composée de 3 pétales et 6 sépales, de 3 étamines gorgées de pollen, et d'un pistil rouge vif, formé de 3 stigmates, et odorant, rappelant le freesia.



De manière exceptionnelle, chaque année, quelques pistils seront formés de 4, voire 5 stigmates, pour une raison qui reste inconnue à ce jour. Une fois la floraison achevée, le bulbe est remplacé supérieurement par 3 à 10 caïeux qui croîtront au printemps. Le feuillage, une fois apparu, va croître jusqu'en avril, pour jaunir de mai à juin et totalement disparaître en juillet.

Le bulbe rentre alors dans une phase de repos végétatif avec les 1ères chaleurs, pour se réveiller fin août et ainsi recommencer son cycle de développement.

Le Safran est une épice qui libère tous ses arômes **exclusivement par infusion de ses pistils** (infusion dans de l'eau chaude, de la crème, du lait (animal ou végétal), un bouillon de volaille, de poisson, de bœuf ou autre ; du vinaigre ; du vin ; un jus de fruits ; du champagne ; un alcool,...).



Plus la durée d'infusion est longue, plus les qualités organoleptiques du Safran se révèlent. L'infusion dans de l'eau, de la crème, du lait, ou un bouillon, est réalisée dans un liquide tiède.

C'est la crocine, qui donne la couleur jaune du Safran une fois celui-ci infusé et cuisiné.

La saveur du Safran est due quant à elle à la présence d'une molécule appelée picrocrocine. Son arôme est du, lui, à la présence d'un aldéhyde volatil qui apparaît pendant le séchage des pistils, le safrana. De tout temps, les cuisiniers, les pâtisseries chocolatiers, travaillent le Safran pour ses arômes mais également comme exhausteur de goût. Le Safran est en effet composé de molécules *qui exaltent et renforcent le goût des aliments cuisinés*. 3 pistils suffisent en général pour parfumer une assiette (pour mémoire, 1 pistil est constitué de 3 filaments reliés entre eux, et appelés stigmata).

Enfin, si tous les Safrans du monde partagent le même patrimoine génétique et sont sans doute issus d'un bulbe unique, on n'en connaîtra probablement jamais l'origine géographique et temporelle précise.

Puisque les légendes en font un don des dieux, terminons par l'une d'entre elles : Alors qu'Alexandre le Grand parvenait à la frontière du Cachemire, en 326 av JC, la fatigue le poussa, lui et son armée, à installer son campement sur une grande prairie. Quelle ne fut pas leur surprise de découvrir au petit matin la même prairie, vierge de toute fleur la veille, se transformer en un tapis de fleurs mauves sorties de terre en quelques heures, et se glissant partout dans le campement. Apeurés par ce phénomène qui leur était inconnu, les soldats supplièrent Alexandre de rebrousser chemin, y voyant un signe des dieux, et un mauvais présage. Après 3 jours et 3 nuits de réflexion, Alexandre décida de faire demi-tour sans combattre. Là où aucune armée n'avait pu vaincre l'incroyable armée d'Alexandre Le Grand, une petite fleur bien inoffensive y était parvenue pacifiquement, sauvant ainsi le Cachemire d'une invasion sanglante.

Vous l'aurez compris, la cuisine parfumée au Safran, véritable concentré de bonne humeur, reste ouverte à l'imaginaire culinaire et créatif de chacun.

Invitation au voyage, le Safran est également une invitation au partage et à l'échange. Dans cette optique, pour toute information complémentaire, je vous invite à me contacter *sans réserve, ce sera un vrai plaisir !*

Téléphone portable : 06.27.80.70.66,

bouillet.emmanuel@neuf.fr

De vous à nous...Partageons nos savoirs, bons plans, recettes,...

Quelques recettes :

Râble de lapin safrané à la moutarde (4 personnes)

Ingrédients :

12 pistils de Safran, 4 râbles de lapin, 25 cl de vin blanc sec, Moutarde.



Badigeonnez chaque râble de lapin de moutarde,

Déposez chaque râble de lapin dans une feuille de papier aluminium préalablement déposée dans un plat,

Arrosez chaque râble de lapin de vin blanc, puis déposez 3 pistils de Safran par râble de lapin dans le vin blanc préalablement versé,

Fermez en papillote chaque râble ainsi préparé,

Faites cuire au four à 180°C-200°C pendant 1h30 environ. Servez.

Suprême de volaille (blancs de dinde ou de poulet pour 4 personnes)

Ingrédients :

16 pistils de Safran, 4 blancs de volaille, 80g de beurre, 80g échalotes hachées, 25 à 30 cl de crème fraîche, 10cl de Noilly Prat, de Pineau, de vin de noix, ou autre vin cuit.



Salez, poivrez les blancs de volaille,

Mettez le beurre à chauffer dans une poêle jusqu'à ce qu'il prenne une couleur noisette,

Déposez dans la poêle les blancs de volaille, cuisez-les tout doucement en les colorant très légèrement 4 minutes environ de chaque côté,

Retirez les blancs de volaille et faites légèrement colorer les échalotes hachées pendant 1 minute environ,

Retirez le gras du récipient de cuisson, ajoutez le Noilly Prat (ou le Pineau ou le vin de noix), faites réduire des 2/3, puis ajoutez la crème fraîche, laissez encore réduire des 2/3,

Passer cette sauce dans une casserole au travers d'une passoire, incorporez les pistils de Safran. Laissez infuser quelques minutes,

Revoir l'assaisonnement,

Ajoutez à la sauce les blancs de volaille, faites mijoter 2 minutes à petite ébullition,

Dressez les blancs de volaille, nappez les de sauce.

Servez (ce plat s'accompagne de riz, pâtes, champignons ou purée).

Crème brûlée safranée (5 à 8 personnes)

Ingrédients :

Entre 10 et 16 pistils de Safran (selon vos envies), 8 jaunes d'œufs, 125g de sucre, 1/4 l de lait (de préférence entier), 3/4 l de crème liquide.



Faites tiédir le lait dans une casserole.

Retirez la casserole du feu, déposez les pistils dans la casserole et laissez infuser quelques minutes,

Pendant ce temps, mélangez dans un récipient, le sucre, les jaunes d'œufs et la crème liquide,

Une fois le Safran infusé, incorporez le lait safrané au sucre, œufs et crème précédemment mélangés,

Faites cuire le tout au four au bain marie à 120°C, pendant 40 mn environ,

Laissez refroidir la crème,

Saupoudrez la crème de sucre et faites caraméliser au chalumeau ou au grill de votre four,

Servez.

Programme

Date	heure	lieu	thème	intervenant
Janvier 2013				
12/01/13	14h30	Vourey Salle de l'Olon	Commande de graines et adhésions Lancement concours de tomates. Dégustation brioche des rois.	Mr.Lions
19/01/13	14h30	Voiron	Taille des kiwis.	Mr.Rosset
26/01/13	14h30	Vourey Chez Robert Lions	Présentation et distribution des produits naturels et des commandes groupées.	Mr Lions
Février 2013				
02/02/13		Coublevie	Taille des fruitiers.	Mr Rosset
09/02/13		Vourey	Les auxiliaires : diaporama+ fabrication de nids à insectes.	Mr Lions
16/02/13		Vourey	Distribution des graines.	
23/02/13		Vourey	Etude du sol.	Mr Nicaise
Mars 2013				
02/03/13		Jardin du Rigodon Coublevie	Semis en pleine terre et godets.	
09/03/13	9h- 11h30	Vourey	Atelier compostage	Mr Lions
16/03/13			Taille des rosiers.	Mr.Pradera
23/03/13		Saint Priest	Foire de Saint Priest.	
30/03/13		Vourey chez R.Lions	Semis et repiquages en serre	Mr Lions

Contacts :

Jardin Naturel, Astuces & Conseils (JNAC)
185, route de Cerveloup, 38210 VOUREY
Renseignements sur les fruitiers: rossetclaud@free.fr
Renseignements sur le jardin naturel: jnacvourey@gmail.com