

LETTRE MENSUELLE

JUILLET AOÛT SEPTEMBRE

2021

Agenda des travaux au jardin

Les articles

Le petit coin cuisine

Nos activités

Agenda des travaux au jardin

Que faire en juillet ?

Au potager

- Semez en pleine terre : arroche, carotte, chicorées frisée et scarole, chicorée sauvage, chou de Chine, haricot (mangetout, filet), laitue d'automne, mâche, navet, pois, radis, radis d'hiver.
- Semez le persil pour l'hiver et le printemps prochain, et la roquette pour mélanger aux scaroles de l'automne.
- Plantez en pleine terre : chicorées frisée et scarole, chou d'hiver, chou-fleur d'hiver, laitue, fraisier, poireau.
- Plantez des courgettes pour récolter d'août à septembre.
- Il est temps de récolter ail, oignon et échalotes lorsque leurs tiges plient et que le feuillage jaunit.
- C'est le moment de repiquer au potager chicorées, frisées et scaroles, délicieuses salades d'automne
- Gare aux altises sur choux, radis et navets. Surveiller les tâches de mildiou sur les pommes de terre.

Au verger

- Paillez au pied des arbres s'il fait très sec. Arroser abondamment au pied des jeunes arbres.
- Début juillet, faites une pulvérisation de purin d'ortie dilué à 5 % sur les jeunes arbres, pour stimuler leur croissance.
- Taillez les gourmands.
- Rognez les pousses de la vigne et traitez contre le mildiou si nécessaire (bouillie bordelaise, en réduisant de moitié les doses préconisées).
- Faire une taille d'été sur les kiwis (raccourcir les branches à 4 ou 5 feuilles au-delà du dernier fruit).
- Gare à la casse des pruniers trop chargés. Soutenez les branches avec des piquets fourchus, ou supprimez précocement les fruits. Il en restera toujours assez !

Que faire en août ?

Au potager

- Semez : cerfeuil, chou de Chine, chou de printemps, cresson alénois et cresson de jardin, épinard, laitue, mâche, navet, radis, radis d'hiver.
- Plantez : chicorées frisée et scarole, chicorée sauvage, laitue, poireau.
- Renouvelez vos fraisiers à partir des plus beaux stolons. Plantez-les sur une terre bien ameublie et enrichie en compost très mûr.
- Couvrir les semis et jeunes plants de caquettes renversées ou autres pour éviter le stress hydrique.

Semer de l'engrais vert sur les planches du potager qui se libèrent.

Penser à récolter les graines de tomates et autres.

Au verger

- Étayez les branches de pruniers lourdement chargées.
- Surveillez les attaques d'oïdium et traitez au soufre.
- Supprimez les pousses de framboisiers qui s'écartent de l'alignement.
- C'est le moment de semer un engrais vert au pied de vos arbres fruitiers : la moutarde a l'avantage de lever rapidement et de fournir une végétation abondante qui, une fois broyée, constituera une excellente source de matières organiques pour le sol et vos plantes

Que faire en septembre ?

Au potager

- Semez en pleine terre : chou de printemps, chou-fleur (hâtif), épinard d'automne et d'hiver, laitue d'hiver, oignon blanc ou rouge, radis.
- Plantez en pleine terre : fraisier.
- Dès l'apparition du feutrage blanc caractéristique de l'oïdium sur les feuilles des courges et courgettes, traitez une ou deux fois par semaine avec du lait de vache dilué à 1/10^e. À essayer également contre le mildiou, par exemple sur les tomates ou sur la vigne.
- Après la sécheresse et les chaleurs de l'été, le retour des pluies favorise l'émergence des limaces. N'attendez pas pour les piéger.
- La récolte des haricots en grains se fait lorsque les gousses sont bien jaunes et sèches. Arrachez les pieds entiers, suspendez-les dans un endroit sec et bien ventilé. Battez les pieds dans un sac, trie soigneusement les graines. Conservez-les dans un bocal hermétique, que vous placerez tout d'abord 24 heures dans le congélateur pour détruire les œufs et larves des bruches.

Au verger

- Enlevez les sachets ayant protégé pommes et poires contre le carpocapse : les fruits seront ainsi plus colorés.
- Surveillez la tavelure sur les pommiers, notamment les fruits.
- Effeuiliez (modérément) les raisins pour mieux ensoleiller les grappes.
- Récoltez des figues chaque jour, voire deux fois par jour !

LES ARTICLES



Le coin de Robert

Le Mois de Juin.

Je préfère vous parler du travail à faire, que de la météo.

Ce mois de juin est un mois charnière entre le verger, le jardin et encore les jours de pluie.

Les jours de pluie, il sera possible de travailler dans la serre, pour ceux qui en sont équipés, les autres pourront préparer les différentes macérations, réparer un manche cassé, tenir les outils de coupe en parfait état.

Si vous devez utiliser les différents tuteurs des années écoulées, prenez soin de les passer à la flamme ou au moins de les pulvériser avec de l'eau javellisée.

Il fait beau le verger vous attend. Vous avez certainement cueilli les fruits rouges (framboises, groseilles et cassis), la récolte est moyenne sauf pour les mûres abondantes qui font plier les branches.

Maintenant, on se dirige vers les arbres fruitiers. Déjà les fruits sont formés, pour les aider à bien se développer, on va pratiquer une taille en vert. Cela consiste à supprimer tous les gourmands qui poussent tout droit et aspirent la sève au détriment des fruits. Sur les brindilles sans fruits on démunira les feuilles, le soleil passera mieux et la photosynthèse jouera son rôle.

Quand vos fruitiers portent des fruits en surnombre, c'est le moment le plus délicat. Avec des mains expertes et un sécateur aux lames fines et pointues, vous couperez les plus petits fruits, pour laisser les autres grossir au maximum.

Certaines années, j'ai ensaché mes fruits pour les protéger des prédateurs mais la patience n'est pas ma qualité première. J'ai donc cherché d'autres solutions: pendant les vacances 2019, nous avons, mon épouse et moi, visité un verger expérimental, dans la région de Manosque. Nous étions seuls avec les deux jardiniers. Le feuillage de tous les arbres était un peu grisâtre, les jardiniers m'ont expliqué qu'ils faisaient des protections à base d'argile, la vue et la couleur repoussaient les prédateurs. L'argile blanche est un produit naturel qui crée une barrière physique sur le végétal. Sa structure particulière et sa présentation sous forme de poudre blanche la rendent totalement soluble dans l'eau. On l'emploie en pulvérisation. Elle participe à la qualité des fruits en jouant un rôle anti U V.

Voici quelques prédateurs de nos fruitiers.



Psylle du Poirier



Carpocapse des pommes



Mouche de la cerise

Voici l'été

La pluie de ces derniers jours a complètement transformé le jardin et le verger mais particulièrement les adventives qui envahissent tous les espaces restés libres.

Ces pluies de forte battance tassent le sol, ne manquez pas de prendre le croc et griffez cette croûte superficielle pour permettre à vos semis de germer et à l'air de circuler.

Dans la même journée, ne manquez pas de pailler le sol. Ce paillage ne sera pas systématiquement de la paille mais pourra être composé de divers éléments, les herbes arrachées dans le jardin (à condition d'éviter de mettre des graines), du broyat de bois, des fanes de légumes...

Pour ma part, je mets sous les tomates, des fougères et de la prêle, ce choix écarte les maladies et les parasites. La prêle agit contre les maladies cryptogamiques et l'odeur des fougères ne convient pas aux insectes ravageurs (particulièrement aux limaces).

Avec ces changements de température, surveillez particulièrement vos oignons, surtout les oignons rouges. Ils vont malheureusement monter en fleurs. Sachez qu'ils ne grossiront plus et l'oignon va s'épuiser pour créer la hampe florale.

Trois solutions possibles :

1^{ère} solution : on arrache l'oignon et on l'invite en cuisine.

2^{ème} solution : on le laisse en place, il va fleurir et fournir les graines pour 2022.

3^{ème} solution : on coupe tout le feuillage au ras du sol sans blesser le bulbe. Des petits germes naîtront sur le pourtour de l'oignon resté en place et il faudra attendre le printemps suivant pour manger ces supers petits oignons du début de saison.

Nous sommes très occupés en ces jours mais ne manquez pas de semer les légumes d'arrière-saison : les navets, les radis noirs, les diverses scaroles frisées, les chicorées pain de sucre, la rougette de Montpellier.

Quand vous achetez vos graines, prenez des noms connus pour être des graines issues localement ou des départements voisins, je vous conseille de faire un suivi de votre jardin. Il est souhaitable de savoir dans quelle terre on jardine, on ne peut pas changer toute la terre de son espace, mais la modifier.

Vous avez de la place, pensez aux différents choux, choux fleurs d'automne. Pour les premiers épinards, choisissez un coin ombragé sans quoi ils monteront rapidement en graines.

Chez moi, les poireaux prennent très souvent la place des pommes de terre. Mes poireaux monstrueux de Carantan sont encore trop jeunes pour être repiqués, encore trois semaines avant de les mettre en place.

Mon astuce pour les planter : je prépare bien le sol ; après avoir arraché les pommes de terre, je donne un coup de râteau pour niveler la surface, je place mon cordeau et le long du cordeau, je fais des trous avec ma grelinette (fourche à quatre dents) donc quatre trous à égale distance et même profondeur (huit centimètres de profondeur), un petit coup d'eau dans le trou et je glisse les quatre poireaux chacun dans leur trou, je recommence la même opération sur toute la longueur du cordeau.

Si vous achetez vos plants, ne les prenez pas trop gros, ils reprendront plus difficilement. Prenez soin de raccourcir le feuillage et égalisez les racines à la même longueur. Enfoncez les poireaux de 8 centimètres dans le sol, racines comprises, vous pouvez placer au-dessus un voile anti-insectes, contre la mouche du poireau.



Vous n'avez pas de voile, mettez entre les rangs les gourmands de tomates que vous aurez taillé.

Vers début août, il faudra semer la mâche, quand vous aurez une nouvelle table disponible (par exemple à la place des oignons qui seront déjà rentrés). La parcelle sera propre, il suffira juste d'un petit coup de griffe sur la terre avant de semer à la volée les graines de mâches. Vous les recouvrirez d'à peine un centimètre de terre puis, avec le dos du râteau, vous tasserez la surface, vous tiendrez la terre humide et la recouvrirez d'une toile de jute ou similaire jusqu'à la levée des graines.

Ne manquez pas d'aller sur le site de l'association, vous retrouverez toutes les lettres depuis le début de l'association.

Dans l'onglet marqué « **Recherches** », vous tapez le nom du légume (carotte, salade ou autre), il apparaîtra le lien correspondant.

Vacances et jardin

Il me semble conciliable de pouvoir profiter de tout mais pour cela, il faudra envisager de partir seulement une semaine ou plus mais par intervalles. Il sera plus facile de laisser son jardin seul au mois d'août. A ce stade, plusieurs légumes sont déjà à la cave ou mis en conserves ou mangés : les pommes de terre, les pois, les oignons, l'ail, la première récolte de carottes et j'en oublie.

Quelques recommandations particulières pour les jours précédents le départ en vacances : même s'il y a plu 48 h avant, faites un arrosage copieux et pour un arrosoir de dix litres, mettre un demi litre de purin d'orties et un demi litre de purin de consoude. Il serait parfait d'ajouter à tous les légumes et rosiers une pulvérisation de prêle.

On ne doit pas voir dans son jardin 10cm² de terre nue mais bien la couvrir pour garder l'humidité. Si avant de partir, vous avez de l'herbe dans votre jardin, surtout bien la laisser en place en votre absence elle protégera vos légumes.

Les tomates presque mûres pourront être cueillies et feront des salades pendant les vacances. Pour celles qui seront un peu trop mûres à votre retour, vous les mettrez en coulis.

Pour les légumes d'été tels aubergines, poivrons, tomates, supprimer les feuilles qui touchent la terre, pailler avec des fougères et de la prêle mélangées.

Ne semez pas, ne repiquez pas non plus, cela demande des soins les premiers jours que vous ne pourrez leur donner.

Prenez des photos rapprochées de vos légumes et refaites les mêmes photos à votre retour.

Je ne voudrai pas être insolant de vous demander encore une fois de parler de vos jardins, de vos essais que les résultats soient bons ou moins bons, c'est toujours utile de partager.

Nous devons donner davantage de vie et de raison d'être à notre association entre chaque atelier le forum est ouvert à tous. Quand on pourra à nouveau se réunir en salle, il serait fort utile de suivre les conseils de Karima pour mettre les photos sur le site.

Au mois de septembre, je pense que l'on pourra visiter les jardins de ceux qui le proposent.



Le coin de Françoise

Et un petit article sur une plante invasive.

La Renouée du japon.

Nom scientifique: Reynoutria japonica ou Fallopia japonica.

Les deux noms scientifiques de la renouée du Japon rendent hommage à deux chercheurs : « Fallopia » à l'anatomiste italien Fallopio du 15ème siècle et « Reynoutria », au botaniste français Reynoutre du 16ème siècle. L'épithète « japonica » indique une des régions d'indigénat de la plante.

Famille: Polygonacées (Polygonaceae)

Historique:

Déjà introduite au Moyen Âge par la route de la soie comme fourragère, elle est réintroduite aux Pays-Bas par Philipp Franz von Siebold, médecin officier de la Compagnie néerlandaise des Indes orientales en poste à Nagasaki entre 1823 et 1829. Il l'introduit dans son jardin d'acclimatation en 1825, à Leyde en tant que plante ornementale, mellifère et fourragère. Son apparition en France est constatée pour la première fois en 1939.

Cette plante herbacée très vigoureuse est originaire de Chine, de Corée, du Japon et de la Sibérie où elle est une pionnière colonisant les pentes de volcans dans son aire d'origine (sols volcaniques nus riches en métaux), et les monticules de cendres issues des centrales thermiques à charbon dans son aire d'introduction. Elle est cultivée en Asie où elle est réputée pour ses propriétés médicinales. Naturalisée en Europe et en Amérique, elle y est devenue l'une des principales espèces envahissantes ; elle est d'ailleurs inscrite à la liste de l'Union internationale pour la conservation de la nature (UICN) des 100 espèces les plus préoccupantes.

Description botanique de la plante:

La Renouée du Japon est une grande plante vigoureuse mellifère possédant un rhizome et des tiges semblables au bambou, creuses et de couleur rougeâtre. Elle peut mesurer jusqu'à 4 m de haut.

Ses feuilles alternes inférieures sont triangulaires à ovales, puis tronquées à la base.

Ses fleurs sont petites, disposées en panicules de fleurs à l'aisselle des feuilles, formant des épis de cymes triflores, de couleur blanche.

Son fruit est un akène.

Elle fait partie des espèces herbacées les plus productives de toute la flore tempérée ; elle peut fournir jusqu'à 13 tonnes/ha pour les parties aériennes et 16 tonnes/ha pour les parties souterraines. La plante peut atteindre 3 m de haut, avec une croissance des pousses pouvant atteindre 110 cm par semaine si les conditions sont favorables, à savoir humides et chaudes.



Caractéristiques:

Elles se développent préférentiellement en bordure de fossés et de cours d'eau dont les berges ont été remaniées ou à proximité mais on les rencontre aussi fréquemment sur des milieux plus secs (friches, bord de route...) où leur caractère invasif est plus limité. Elles ont une préférence également pour les terrains un peu acides.

Les renouées sont des plantes bio-indicatrices du faible niveau de naturalité des endroits où elle envahit. L'invasion des renouées dans les milieux alluviaux peut être considérée comme un signal d'alarme : elle témoigne d'un degré d'altération du fonctionnement naturel, dû aux surexploitations humaines.

En Europe, c'est une plante mellifère intéressante pour les apiculteurs car elle fleurit à la fin de l'été, à une époque où peu de fleurs subsistent. Mais l'invasion des espaces naturels par les renouées du Japon fait malheureusement disparaître de nombreuses plantes à fleurs qui auraient pu produire du nectar pour de nombreux insectes pendant toute la période végétative.

L'espèce est dioïque et vu qu'en Europe seule la plante femelle croît, son expansion a lieu presque exclusivement de manière végétative. Sa grande compétitivité et sa faculté de repousse à partir de morceaux de tiges et de rhizomes de quelques centimètres seulement ou de quelques grammes de racines lui confère un potentiel énorme d'envahissement : elle cause non seulement le refoulement de la flore indigène, mais aussi de graves problèmes d'érosion et d'hydrologie, que le changement climatique vient encore accentuer.

Usages médicaux:

Au Japon:

L'hiver quand les tiges commencent à dépérir, on arrache les rhizomes et on les met à sécher. On les appelle *kojôkon* (虎杖 racine de canne de tigre). Elles servent dans la pharmacopée traditionnelle pour amollir les selles et diurétique. Les jeunes feuilles malaxées sur des éraflures qui saignent stoppent l'hémorragie (propriété astringente) et calment la douleur. D'où le nom de la plante *itadori* (痛取 イタドリ ôte-douleur). Des feuilles appliquées directement sur la plaie permettent de ralentir le saignement et lancer le processus de cicatrisation. Sa consommation peut aussi permettre de réduire la perte de sang chez la femme lors de la période de règles et de diminuer les douleurs liées au Syndrome Pré-Menstruel.

Selon la pharmacopée traditionnelle chinoise, les rhizomes séchés de la renouée du Japon peuvent être utilisés pour soulager les douleurs articulaires, pour traiter les affections du foie, les inflammations et les infections dues à des bactéries ou à des champignons (infections des gencives, du cuir chevelu, pied d'athlète, dermatoses suintantes, gonorrhée, etc.) mais aussi pour soigner les retards de règles et les toux grasses.

Les feuilles servent aussi pour cicatriser les plaies et les brûlures, contre les allergies sous forme de décoctions ou d'infusions en application locale.

Les recherches modernes ont également mis en évidence une forte teneur d'un composant anti-inflammatoire et anti oxydant reconnu : le resvératrol (présent aussi dans le vin). Ce composant est notamment considéré comme un élément protecteur majeur contre les affections cardiovasculaires.

Usages alimentaires:

Entre mars et mai, les jeunes pousses peuvent être cueillies (et tant qu'elles sont encore tendres, les jeunes tiges) et brièvement cuites à l'eau.

Au Japon:

Les jeunes pousses sont consommées crues ou cuites. Au printemps, les jeunes pousses, semblables à celles du bambou, sont cueillies avant que la tige et les feuilles ne se séparent. On enlève l'écorce et on les mange crues. Les enfants les ramassent sur les bords des chemins et les mâchent en marchant. Elles ont un goût acide en raison de la présence d'acides organiques et en particulier d'acide oxalique qui leur donne une certaine âpreté. Leur consommation en trop grande quantité à l'état naturel peut avoir des effets néfastes sur la santé.

Un usage mieux approprié consiste à les faire bouillir puis à les passer à l'eau froide. Elles perdent ainsi leur âpreté mais aussi leur saveur agréablement acidulée.

Recette avec les pousses (*gonpachi* des préfectures de Kôchi et de Wakayama): enlever la "peau" externe des jeunes pousses du printemps, malaxer avec du sel et faire sauter à la poêle. Assaisonner

avec du sucre, de la sauce soja, du saké, de l'alcool de riz *mirin*, de l'huile de sésame. Saupoudrer de bonite séchée râpée et servir.

Recette avec les jeunes feuilles: ébouillanter les jeunes feuilles, les passer sous l'eau froide, puis les laisser mariner une demi-journée dans de la sauce pour les nouilles relevée par quelques épices. C'est alors un légume lisse et d'un goût délicieux.

Au Japon, les jeunes pousses dont les feuilles et la tige ne se sont pas encore séparées sont cueillies et mangées crues ou cuites une fois dépouillées de leur écorce. Sautées à la poêle avec du sel, du sucre pour contrecarrer l'acidité naturelle de la plante et assaisonnées à l'alcool de riz et à l'huile de sésame, ces jeunes pousses en régaleront plus d'un. Les feuilles de la renouée sont quant à elles traditionnellement utilisées après avoir été ébouillantées et laissées à mariner dans différentes sauces comme on le ferait de nouilles.

Les jeunes pousses lorsqu'elles sont tendres et cassantes sont préparées comme des asperges. On peut aussi les consommer en potages, tartes et même en confiture.

Les graines peuvent être moulues en farine et consommées comme celles du sarrazin qui appartient d'ailleurs à la même famille botanique.

En Roumanie, les jeunes feuilles remplacent les feuilles de chou ou de vigne dans la préparation culinaire de sarmale.

Quelques recettes :



Voici la première repousse après fauchage, au stade "bouchons", délicieusement tendres et savoureux simplement cuisinés ainsi :

Faire sauter à la poêle moins d'une minute, avec un peu d'ail et des herbes, façon champignon sauvage.

Blanchir moins d'une minute à l'eau frémissante, puis servir froids à la vinaigrette ou chauds avec une sauce blanche pour accompagner un poisson, par exemple, son goût acidulé réveille les papilles comme l'oseille.

Quelques jours après, quand les pousses ont atteint une bonne dizaine de centimètres, on peut les manger à la façon des asperges.



A ce stade-là, même si la deuxième repousse est toujours un peu moins tendre, les jeunes tiges le sont encore assez pour les peler facilement.

En pleine végétation, seule l'extrémité des grandes tiges peut à la rigueur être mangée si on aime les feuilles, mais il est préférable de ne consommer que les tiges. Couper à la base, avec un couteau bien tranchant. Si la lame ne pénètre pas facilement, la tige sera coriace, inutile de cueillir, ou ne cueillir que le haut de la tige, dans sa partie la plus tendre.

La tige de la renouée est creuse et cloisonnée par tronçon, comme le bambou ou le liseron d'eau, par exemple, ou encore la canne à sucre (c'est tout ce qui me vient à l'esprit). Pour la peler, c'est très facile, il suffit de soulever un bout de peau à la base et de tirer dessus. Si la tige est jeune, la peau file bien droit !



C'est assez original, si on trouve une grande tige d'un bon diamètre, bien tendre, d'enlever les feuilles, d'éplucher la tige, et de la tronçonner façon cannelloni. Il suffit de blanchir à l'eau frémissante (moins d'une minute). Puis de farcir avec, par exemple :

- un hachis de boeuf, oignon, ail et coriandre revenu à la poêle, à servir avec du riz blanc et une sauce tomate, par exemple

- un risotto au poulet et champignon, avec une sauce crémeuse, en plat unique
- du riz au curry, pour accompagner une viande blanche rôtie
- Emincé de boeuf à l'asiatique. Délicieux, avec de jeunes tiges ou pousses.

Sorbet à la Renouée du Japon

<p><u>Ingrédients:</u></p> <p>250ml jus de renouée (tiré à l'extracteur) 1 litre d'eau 300g sucre 1 càc jus de gingembre 1 blanc d'œuf 1/2 jus de citron</p> <p><u>Préparation:</u></p> <p>Récolter de jeunes pousses de Rénouée du Japon (garder à l'esprit qu'il s'agit d'une plante exotique invasive et que des</p>	<p>fragments de la plante laissés au sol peuvent suffire à la propager!) Passer les jeunes pousses à l'extracteur de jus.</p> <p>Mélanger le jus obtenu à l'eau et au sucre. Ajuster le goût avec du jus de gingembre (très peu!) et de citron.</p> <p>Passer en sorbetière. Une fois le sorbet pris à trois quart, incorporer un blanc d'oeuf battu en neige.</p>
--	--

Cependant, il n'est pas toujours prudent de consommer les renouées récoltées en Europe, car la majorité des massifs s'est développée sur des sols artificiels. La renouée est une plante métallophyte (qui pousse sur un sol riche en métaux), il est donc également possible qu'un massif soit indicateur de pollution du sol aux métaux. La probabilité que ces sols soient pollués et que la végétation qui se développe dessus soit impropre à la consommation humaine, est donc importante : il faut être « sûr » de la station où s'effectue la cueillette.

Quelques activités possibles ci-dessous :

UN BÂTON DE PLUIE AVEC DE LA RENOUÉE DU JAPON.

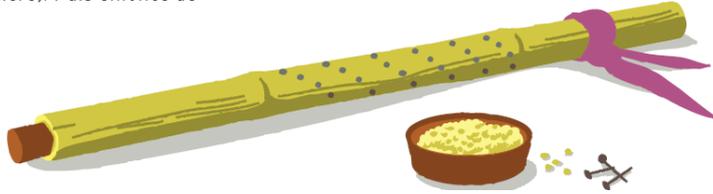
La renouée du Japon est une plante envahissante. Pour la combattre, il faut la tailler régulièrement. Coupez-en une tige bien droite après les premières gelées, elle sera alors sèche et dure.

Avec un bâton long et fin, perce les cloisons intérieures qui se trouvent au niveau des nœuds (sauf la dernière). Puis enfonce de

petits clous tout le long de la tige pour qu'ils forment une spirale régulière : laisse 1 cm entre chaque clou et 2 à 5 cm entre chaque rang.

Ensuite, verses-y une poignée de couscous (ou de quinoa, de graines de radis...) et ferme le haut de ton bâton avec un bouchon de liège taillé sur mesure.

Voilà, il est prêt. Secoue-le, retourne-le, agite-le lentement puis rapidement : le son est à chaque fois différent !



jedonnevieamaplanete.enclasse.be





LE PETIT COIN CUISINE

Et pour ceux qui n'ont pas été inspiré(e)s par ces recettes avec la renouée, en voici quelques autres.

Soupe glacée aux crevettes, melon et avocat.

Pour 4 personnes.

2 concombres moyens	250 g de crevettes cuites décortiquées
2 melons charentais	1 avocat mûr
3 c à s de menthe grossièrement ciselée	sel et poivre
le jus de 1 citron	

Eplucher les concombres. Les couper en 2 dans la longueur, les épépiner et les couper en dés. Les faire blanchir 2mn à l'eau bouillante salée. Les égoutter puis les rafraîchir sous l'eau courante.

Couper les melons en 4 et les épépiner. Eplucher 1 quartier, le couper en dés et le réserver au frigo dans un récipient hermétique. Prélever la pulpe des autres quartiers à la petite cuillère. La mettre dans le bol du mixeur avec les dés de concombres, le jus de citron et les 2/3 de la menthe. Mixer en une purée fine. La transférer dans un saladier.

Verser 20 cl d'eau dans le bol du mixeur. Le remettre en marche rapidement et verser l'eau dans le saladier. Ajouter les crevettes, saler et poivrer légèrement. Bien mélanger. Couvrir d'un film alimentaire. Réserver au frigo entre 1h30 et 12h.

Juste avant de servir, peler l'avocat, le couper en deux et le dénoyauter. Couper la pulpe en petits dés et les ajouter dans la soupe ainsi que les dés de melon réservés. Parsemer avec le reste de menthe. Poivrer et servir aussitôt.

Gâteau rhubarbe et framboises.

500 g de Rhubarbe
Framboises
3 Œufs
150 g Fromage blanc
50 g beurre

150 g de Farine
50 g de Sucre
15 g de sucre pour faire dégorger la rhubarbe.
1/2 sachet de levure
1 CC de vanille liquide

Éplucher la rhubarbe et la couper en tronçons .

La mettre dans une passoire, la saupoudrer de sucre et la faire dégorger pendant 30 min.

Dans un saladier, casser les oeufs.

Ajouter le sucre , la farine et la levure .

Mélanger énergiquement avec votre fouet.

Ajouter le beurre fondu , la vanille et le fromage blanc.

Mélanger de nouveau.

Pour avoir un bel effet au démoulage ;

Disposer quelques morceaux de rhubarbe égouttés et quelques framboises surgelées au fond du moule

Ajouter les morceaux de rhubarbe restant dans la pâte et mélanger bien .

Verser la préparation dans le moule .

Disperser des framboises sur la pâte en les enfonçant un peu

Mettre au four pour 40 min à 180° .

Laisser bien refroidir avant de démouler .

NOS ACTIVITES



Atelier pour la fête de la nature à Renage aux jardins familiaux le 22 mai 2021





Atelier hôtel à insectes : le 19 juin 2021

Tout d'abord un article de Patrick Denys qu'il a fait paraître dans la revue de Vourey et qui retrace l'historique de cette création.

Nouvel hôtel à Vourey : c'est pour cet été

Dans le précédent numéro du Vivre à Vourey (n° 103), il avait été question de l'aménagement de la parcelle du rond-point de la route des Rivoires par les membres de l'association Jardin Naturel Astuces et Conseils (JNAC).

Alors que les rosiers plantés par les services de la mairie à l'automne dernier font l'admiration des piétons et visiteurs de passage, l'installation d'un hôtel à insectes s'est déroulée début juin. Cet établissement en bois, qui sera officiellement inauguré en juillet, a vu le jour dans le garage de l'un des 3 bénévoles qui sont à l'origine de cette construction.

Sous la direction de Robert Spinazze, maître d'oeuvre de cet ouvrage et bricoleur professionnel, secondé par Michel Pirat (aussi écrivain historique à ses heures...) et Patrick Denys, à l'origine du projet, ce trio a patiemment et méticuleusement assemblé les matériaux en bois qui reposent sur un socle en béton. Cette réalisation, qui a nécessité de longues heures de travail constitue une étape supplémentaire dans l'embellissement de ce secteur. Il faut également remercier le personnel technique de la mairie, en particulier Stéphane Blachot, qui de par sa disponibilité et ses compétences, a contribué à la réussite de cette opération.

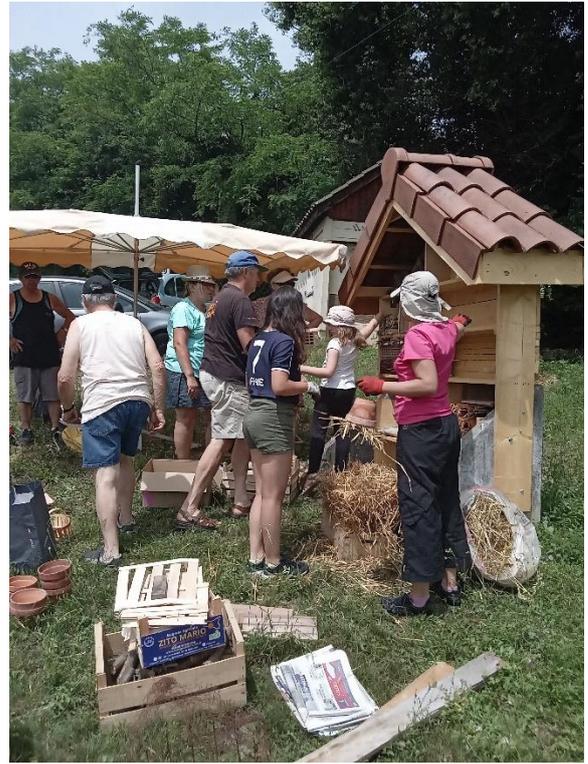
L'attribution des différents logements contenus dans cet hôtel ainsi que la décoration des appartements s'effectueront dans le cadre d'un atelier JNAC qui a eu lieu le samedi 19 juin après midi.

Il ne restera plus alors aux futurs pensionnaires qu'à s'installer.

En cette période où l'on parle de biodiversité, cet hôtel à insectes devrait aider à polliniser les arbres fruitiers tout en permettant à ses locataires d'assurer leur survie pendant l'hiver.

C'est le défi lancé à l'ensemble des insectes voureysiens ...ou pas.

Et voici quelques photos lors de l'atelier :



Pour ce qui est de nos prochaines activités, quelques dates déjà fixées :

4 septembre : forum des associations.

16-17 octobre 2021 : Réaumont

4 décembre : atelier d'art floral

Nous vous tiendrons au courant des ateliers dès que nous en saurons plus.

BEL ETE A TOUS