

La feuille de

A M A P D E V A U G I N E S N°2 DÉCEMBRE 2012



L'information des Amapiens devient interactive !

La circulation de l'information s'accélère, à l'AMAP de Vaugines ! Deux nouveaux outils sont désormais à la disposition de tous : un site internet, depuis décembre 2012, et une « Feuille de Chou », dont le n°1 a été édité avec succès en mai 2012. Le site internet a l'avantage d'être « ouvert », afin de permettre à chacun de contribuer à enrichir son contenu, et la newsletter deviendra périodique, à partir de 2013, avec une parution régulière 5 à 6 fois par an.

Ces outils de communication ont pour vocation de favoriser une implication plus large des Amapiens dans la vie de l'AMAP, en apportant leur concours sous des formes diverses : nouvelles idées de reportages, textes de témoignages, questions à l'association, animations nouvelles, photos et dessins réalisés par les enfants, etc. **N'hésitez donc pas à participer à ce qui est notre aventure commune.**

Odilon

Noël aura lieu le 25 décembre et la Saint-Sylvestre une semaine après, alors...

Joyeuses fêtes à tout le monde !

Michel, comment fais-tu ?

Michel Isouard est maraîcher depuis près de 30 ans, depuis qu'il a repris la ferme de ses parents et grands-parents, à l'âge de 21 ans, en 1984. La culture des légumes a toujours été, pour lui, une activité familière. « C'était un peu tracé, dit-il. Mes parents ne l'ont pas forcément bien vécu, car le métier était déjà un peu difficile à l'époque, mais je n'en ai pas trop tenu compte ; ça me plaisait. Nous avons une dizaine d'hectares de terres et 3/4 hectare de vieille vigne. Il a fallu moderniser le vignoble, arracher, replanter. L'agriculture légumière prospérait encore à ce moment-là : le marché de Cavallon était très actif et comptait des grossistes dans tous les villages ».



en bref

Pour nous rejoindre

par mail : b.adam@free.fr

par téléphone (uniquement aux horaires de distribution) : 06 49 98 19 96

par internet : paroledeterre.org

Appel "permanences"

Il reste des permanences à assurer d'ici la fin de la saison. Si vous n'avez pas encore assuré vos trois permanences, **n'oubliez pas de vous inscrire !**

Rendez-vous à l'AG

Nous espérons que vous viendrez nombreux à l'assemblée générale qui se tiendra en février. La date vous sera bientôt communiquée. Nous proposerons à ce moment-là les contrats pour la saison prochaine. **Tous nouveaux candidats au bureau sont les bienvenus !**

Faites vivre la feuille de chou et le site internet !

Envoyez-nous vos articles, commentaires, infos, recettes et autres, sur papier libre de la main à la main lors des distributions ou par mail à b.adam@free.fr ou cecile.cointot@free.fr **N'hésitez pas !**

Parole de Terre !



site internet : www.paroledeterre.org

C'est la terre qui prend l'homme

L'agriculture est toute sa vie. Ses grands-parents élevaient aussi des moutons, mais ses parents n'ont pas souhaité développer cette activité d'élevage. « Ça nous prend toute notre vie, reconnaît-il. C'est un peu enfermant parce que c'est très prenant, mais on peut encore en vivre. Grâce au système de l'AMAP, on peut générer deux à trois revenus par an, entre les légumes et la vigne. » Et il espère bien pouvoir céder la ferme, un jour, à l'un de ses enfants, même si l'attrait du travail agricole n'est pas toujours évident, même avec le label Bio.

Car, si l'image du maraîcher auprès de ses clients s'est sans doute bonifiée depuis le développement de l'agriculture biologique, l'exigence des clients a grandi elle aussi, face à la multiplication des marchés



paysans et de la revente artisanale hors du circuit des AMAP. « Le retour des gens est souvent à la hauteur de nos efforts, mais pas toujours. Nous-mêmes, nous trouvons parfois notre production trop banale, pas assez sublimée, même si nous sommes très contents de voir les Amapiens contents... »

Le tournant de la culture bio

En 1989 et 1990, certains maraîchers se sont orientés vers la vente directe, à la faveur des « marchés paysans », initiés et soutenus par le Parc régional du Luberon. « Au départ, raconte Michel, il y avait cinq marchés paysans : Cadenet (dès 1989), Coustellet, Apt, Saint-Martin-de-la-Brasque (près de l'Étang de la Bonde) et Pertuis. On a alors installé les premières serres et diversifié la production.

En 1991, c'est le ras-le-bol du marché de gros, de la chimie... acheter des palettes d'engrais de produits phyto pour vendre des palettes de légumes, souvent à perte, c'était pour nous, petit paysan : la fin. C'est là qu'on a engagé notre reconversion bio et tout misé sur la vente directe : un nouveau souffle, une nouvelle façon de produire et de valoriser. Plus autonome, on avait à cette époque très peu de conseils, très peu de recul, fallait tout inventer, c'était passionnant ! »

Parallèlement, « on a aussi replanté des vignes pour atteindre 10 hectares. Les vignes ont dépassé les légumes. On a connu de belles années en caves coopératives, jusqu'à la crise viticole de ces dernières années. Aujourd'hui, ça va un peu mieux... »

L'art de la prévision

Michel Isouard est à l'image du temps des saisons : à la fois prévisible comme la nature et toujours incertain du résultat de ses récoltes. Quand elles sont bonnes, il est content de ne pas s'être trompé et

Une année chez Michel, des plantations et semis aux paniers

mars	avril-mai	juin-juillet	août	septembre-octobre	novembre-décembre
<p>Plantations semis en champs choux, poireaux, oignons, petits pois, patates nouvelles, fèves, betteraves, etc. « La base : pommes de terre, oignons, carottes, poireaux »</p>	<p>Semis des légumes de conservation et de tous les autres légumes en retard et des salades en plein champ. Plantations en plein champ pastèques, courges, oignons, tomates, aubergines, etc.</p>	<p>Juin à octobre récolte sous serre, salades en plein champ (tous les 15 jours), melons en juin (sauf si 4 plantations), semis des panais, des salsifis, etc. Juillet plantation des choux, des poireaux, semis des carottes.</p>	<p>Plantation des choux. Semis des radis noirs, des navets, des dernières betteraves, des salades, des premiers épinards.</p>	<p>Semis pour l'hiver sous serres salades, épinards, mâche, mesclun, etc.</p>	<p>En novembre semis pour l'hiver sous serres salades, épinards, mâche, mesclun, etc. En décembre « On peut faire quelques semis de carottes, pour avril »</p>
<p>Semis en serres poireaux, oignons, échalotes, céleris raves, etc. Plantations patates nouvelles, petits pois, fèves, etc.</p>	<p>« Il faut que la terre soit chaude, sinon les racines n'y vont pas »</p>	<p>« Quand tu vois arriver des haricots une semaine, tu sais qu'il va y en avoir quatre semaines »</p>	<p>« En été, on travaille sur de la terre très sèche : si la pluie est diluvienne, le semis est foutu »</p>	<p>« Les salades en serre poussent au printemps en 45 jours, en hiver en trois mois »</p>	<p>« Des semis, j'en refais un sur trois en moyenne : ça fait partie des risques. Il faut une attention de tous les jours, ouvrir le matin, fermer le soir pour garder la chaleur »</p>
<p>« Chaque année, ça change : une année, tu peux avoir 30 kg de carottes, et une autre année 10 kg »</p>	<p>« Les légumes de conservation, c'est par exemple les carottes, les patates, les panais » « Les légumes les plus périssables sont les salades, les haricots, les radis (qui poussent en 30 jours) »</p>	<p>« On a de l'irrigation en cas de sécheresse. On peut arroser, mais on ne peut pas sécher, dans le maraîchage : l'excès de pluie, c'est la plaie ! » « Les poireaux sont semés en février et plantés en juillet »</p>	<p>« En août, on peut avoir des navets qui n'ont pas grossi » « Pour les carottes, si tu resèmes à la mi-juillet, ça va ; si c'est début août, ça peut être trop tard (carottes trop petites) »</p>	<p>« Quand la température est positive, tu peux gagner 3 à 5 degrés sous la serre ; quand elle est négative, l'humidité peut aggraver le froid sous serre pour les cultures »</p>	<p>« Entre janvier et mars, on ne cultive pas grand-chose, et pourtant, on a toujours du mal à prendre des vacances »</p>

de satisfaire les Amapiens, et lorsqu'elles ne répondent pas totalement à ses espérances, il repart, chaque année, chaque semestre, chaque saison, à la recherche de nouvelles procédures pour préparer la récolte suivante. « Nous devons toujours être devant, dit-il, l'anticipation fait partie du métier, tout comme l'humilité face à la nature, car nous savons que nous pouvons échouer pour des raisons indépendantes de notre volonté ».

« Et puis, il y a la localisation, l'environnement. On serait au bord de la mer, on pourrait faire plus de choses. Ici, on est à 300 m et il faut compter avec le gel en hiver. On essaie d'introduire tout ce qu'on peut, mais parfois on rate. C'est le lot de la culture diversifiée avec, comme ici, une trentaine de variétés de légumes. Il faut choisir ce qui va rendre et ce qui va plaire : en dehors de la produc-

tion de base, on choisit sur des coups de cœur, à partir des catalogues de semilles, et aussi en fonction du retour des gens qui consomment nos produits. Mais les changements nécessitent des délais importants (un an) et il faut tenir compte également de ce que l'on a en réserve. »

« Les gens qui ont un peu perdu le contact avec la vie agricole, poursuit-il, ont souvent du mal à prendre en compte la durée des cultures. C'est tout à fait compréhensible. Pour nous, c'est une évidence, la nature s'impose à nous. » Aussi, lorsque des Amapiens lui



demandent : « Qu'est-ce que vous avez préparé aujourd'hui ? », il se demande, lui, si ses interlocuteurs ont bien conscience qu'ils consomment des légumes plantés six mois ou trois mois plus tôt.

Odilon

D'où vient notre agneau ?

Si vous voulez aller aux "Cabanes", chez Émilien et Émilie Bonnet, on vous dira, en arrivant, de longer « la bergerie puis de tourner à droite, la maison est un peu plus loin ». Si vous cherchez des pierres, des tuiles, vous ne trouverez pas. Car ici la bergerie, c'est un long tunnel de plastique, et la maison, jusqu'à il y a peu de temps, une yourte comme, en Mongolie.

L'affaire est en plein développement. Une nouvelle maison, en dur et en bois, abrite désormais la famille, qui a plein de projets : un atelier de découpe pour éviter les allers et retours à l'abattoir, lancement de produits cuisinés, et même à long terme filage de la laine, qui pour l'instant est expédiée en Chine.

L'entreprise vit au rythme des saisons, et au rythme des naissances



Avec quelque 650 moutons, il y a eu environ 350 agnelages l'an dernier. Le plus grand nombre au retour des hauts alpages en octobre : pour les agneaux de Pâques. Ils naissent dans la nature, et il faudra intervenir, ici et là, pour s'assurer que les mères s'occupent bien des petits. Les bêtes alors se nourrissent sur les terres de l'exploitation, puis sur des pâturages

d'autres paysans de la région, avec qui les Bonnet ont des accords. Ils ont été très bien accueillis, notamment parce que les moutons nettoient le terrain, produisent du fumier qui est récupéré, et participent à la protection des paysages.

De Noël à Pâques, les bêtes vont dans les bois des communes de Lioux et de Murs, avec qui nos éleveurs ont des engagements de 5 ans. Ceci leur vaut des subventions, vu le service rendu : c'est la prime herbagère agro-environnementale.

Nouvel agnelage en février, pour environ 200 brebis, mais cette année une cinquantaine ne sont pas arrivées à terme. Les naissances ont lieu dans la bergerie, jusqu'en avril. Les mères sont alors nourries de foin bio et d'orge. Elles sortent au printemps pour paître sur la ferme.

En juin-juillet enfin, les brebis partent en estive, à Saint-Christophe-en-Oisans, en Isère. Le voyage se fait en camion. Elles brouteront sur des terrains loués à la commune, sous la surveillance de deux bergers. À Lioux, c'est une période plus calme pour Émilie et Émilien, qui profitent alors d'un peu de vie de famille avec leurs deux petits garçons. Il ne reste que quelques bêtes, qui seront progressivement conduites à l'abattoir pour fournir les marchés. Puis de nouveau octobre, et le cycle reprend.

Comment ça marche ?

Les marchés – Coustellet, L'Isle-sur-la-Sorgue – absorbent la moitié de la viande produite. Les AMAP, celle de Vaugines et une autre au Thor, en achètent 20 %. Quelques particuliers viennent acheter sur place. S'il y a des invendus, ce sera pour le Secours Populaire. Enfin les brebis de réforme finissent en merguez.

Pour s'occuper des brebis, des agneaux, les conduire à l'abattoir (11 à 20 par semaine), faire les marchés, s'occuper des terres, il y a Émilie à mi-temps, Émilien, un employé et deux chiens.

Il y a aussi un tracteur, un broyeur, des clôtures électriques mobiles, un 4x4 pour

apporter de l'eau aux bêtes, un caisson à grain, et, pour la commercialisation, une camionnette avec un caisson réfrigéré, une remorque frigorifique, une remorque-bé-tailière, et une vitrine de marché.

En tout, un investissement de 350 000 euros. De sorte que pour dégager un SMIC 1/2, il faudrait vendre à 24 euros le kilo (au lieu du tarif actuel, 13 euros). La différence vient des aides de l'Europe et de la France, fournies pour le service que rendent les brebis en pâturant sur les collines : elles permettent la protection du paysage, la lutte contre les incendies... et enfin 20 euros par tête accordés par l'UE pour le maintien de l'élevage.

Émilie et Émilien veulent aller plus loin

Ils se lancent maintenant dans les plats cuisinés et congelés : cassoulets, tajines, daubes, confits, en partenariat avec une cuisinière. Ils prévoient aussi leur propre atelier de découpe, avec l'aide d'un boucher itinérant, ce qui permettrait de n'aller à l'abattoir qu'une semaine sur deux.

Et parce que « dans le mouton tout est bon », ils envisagent enfin de faire travailler la laine. Bien que ce soit plus cher qu'en Chine, il y a encore quelques filatures en France. Et un marché d'amateurs de produits bien écolos. *Marie-France*



à vos casseroles !

Parmentier canard confit et courge Butternut



Ingrédients

pour 6 personnes :

3 grosses cuisses

de canard confit

1 courge Butternut

2 c à s de crème fraîche épaisse

1 œuf

70 g de mimolette râpée (ou autre)

Sel, poivre, muscade

Égoutter les cuisses de canard confites et les faire revenir doucement à la poêle pendant une dizaine de minutes en vidant régulièrement la graisse.

Couper la courge en gros tronçons, l'éplucher et retirer les pépins. La faire cuire dans une casserole une 1/2 h environ, jusqu'à ce que la chair soit tendre.

Pendant ce temps, essuyer les cuisses de canard sur du papier absorbant puis émietter la chair du canard en retirant la peau et les os.

Réduire la chair de la courge en purée. Hors du feu, ajouter l'œuf, la crème, le sel, le poivre, la muscade et 50 g de mimolette râpée et mélanger.

Dans des cercles, des petites cocottes ou dans un plat à gratin disposer une couche de canard confit puis une couche de purée de courge et recouvrir avec la mimolette râpée. Faire gratiner à 200° pendant une vingtaine de minutes.

Le persil tubéreux



Petroselinum crispum de la famille des ombellifères

Racine charnue, à chair blanche, de la taille de celle de la carotte ou du panais, et d'environ 15 cm.

Originaire de Turquie, où il pousse spontanément, il est, dès le XVI^e siècle, cultivé en Allemagne, où il est fort ap-

précié, puis au XVIII^e en Angleterre où il pousse bien et devient également fort prisé. D'Angleterre, le persil tubéreux est introduit en France, mais n'y sera cultivé que de manière confidentielle.

En cuisine, le tubercule peut être consommé cru, râpé comme la carotte. Mais il fait surtout merveille lorsqu'il est cuit,

par exemple dans un pot-feu, ou sauté en petits dés dans un wok, ou encore préparé à la crème comme les salsifis. Il permet également de préparer d'excellentes purées ou de réaliser des « chips » très originales. Les feuilles s'emploient comme le persil frisé ou plat, dans les salades, les potages, les viandes.

Parole de Terre!



Cette feuille de chou existe grâce à Odilon Wenger pour l'édito et l'article sur Michel Isouard, Marie-France Rouzé pour l'article sur Émilien et Émilie Bonnet, Cécile Cointot pour la recette et les infos sur le persil tubéreux dénichés sur internet, pour la mise en page et l'impression. Les photos ont été fournies par Odilon Wenger, Marie-Jo Salagnon, Alexis Herfeld et internet pour les petits légumes. **Merci à** Odilon, Françoise, Bruno et Loïc pour leur énergie.