

BULLES A THYM

C'est une folie de haïr toutes les roses,
parce que une épine vous a piqué...
d'abandonner tous les rêves
parce que l'un d'entre eux ne s'est pas réalisé...
de renoncer à toutes les tentatives
parce qu'on a échoué...
C'est une folie de condamner toutes les amitiés
parce qu'une d'elles vous a trahi...
de ne croire plus en l'amour
juste parce qu'un d'entre eux a été infidèle...
de jeter toutes les chances d'être heureux
juste parce que quelque chose n'est pas allé dans la bonne
direction.

Il y aura toujours une autre occasion, un autre ami, un autre
amour, une force nouvelle. Pour chaque fin, il y a toujours un
nouveau départ.

Le Petit Prince



Après la sympathique AG du 24 janvier, où plus de 100 personnes nous ont fait le plaisir de venir, le CA de notre association vous remercie pour votre présence et vos petits mots de soutien.

C'était un moment fort convivial, vivant ; les bénévoles ont exposé tout ce que fait l'association ; chose pas facile, tellement il y a de domaines d'intervention. J'espère que nous n'avons pas été trop longs, toutes les activités réalisées par les bénévoles, les employés et les formateurs ne devaient pas être oubliées.

C'est un super moment qui nous fait chaud au cœur et reflète la vitalité de notre association.

Le CA

Un grand merci à Nadine Pl qui nous avait concocté au mois de Mai, un week-end prolongé dans la Drôme avec la visite de ses jardins, plus beaux les uns que les autres!!! *Chantal et tous les participants!*

Le coin des tinctoriales

Merci à tous ceux qui
ont participé et à ceux
qui le feront

Vous aurez remarqué que depuis quelques mois, règne une activité suspecte sur la parcelle derrière le lapin. Comme vous le savez notre association ne s'endort jamais sur ses lauriers et est toujours en quête de nouvelles expériences. C'est ainsi qu'un projet qui était en gestation est en train de voir le jour. Oui, mes amis vous assistez à une naissance toute en douceur du nouveau parcours pédagogique sur les plantes tinctoriales. « Quès aquó » me direz-vous ? Tout simplement les plantes qui permettent de teindre les fibres, comme le coton, la soie et bien d'autres fibres que nous utilisons pour nos vêtements et notre linge de Maison. L'objectif est de créer un nouveau parcours pédagogique, un nouveau lieu de balade et de découverte.

Ce qui a déjà été fait

Le premier travail a été de faire une liste la plus exhaustive possible des plantes tinctoriales qui étaient présentes sur le site. Il y en a énormément. Puis nous avons déterminé l'entrée du jardin et structuré le cheminement d'une partie du parcours. Le travail de forçat a été l'excavation et la remise en état des 7m de drain. En résumé, nous avons déplacé de la boue et des cailloux pour permettre l'évacuation des eaux dans le bassin de rétention. Nous avons aussi déplacé certains rosiers pour créer une bordure structurante et avons taillé nos pauvres rosiers échevelés. Puis est venu le temps de la construction et mise en place du petit pont. Qu'est-ce qu'il est beau ce petit pont !! Eiffel n'aurait pas mieux fait ! Les garances et autres plantes qui font du rouge ont été mises en place. Enfin, le coin « indigo » commence à prendre forme. Il accueillera les plantes qui font du bleu. Le pastel a déjà été planté, la bande qui accueillera la persicaire à indigo a été grelinée et paillée pour permettre les semis de printemps.

Il y a encore beaucoup à faire !

Nous avons déterminé la liste des plantes à installer, certaines sont dans le jardin, il faudra les déplacer; d'autres seront semées dans la serre, puis transplantées aux beaux jours; les dernières seront semées sur place après les dernières gelées. Il va falloir remettre du broyat dans les allées ; finir de mettre les cailloux dans le drain ; mettre les bacs d'entrée d'équerre ; définir le positionnement des plantes ; réfléchir à la mise en valeur des plantes sauvages comme les ronces...Bien d'autres travaux sont à venir, mais nous en reparlerons quand le projet aura plus avancé.

Vanessa



Portrait de... Pierre RABHI



Agriculteur, écrivain et penseur français d'origine algérienne, Pierre Rabhi est un des pionniers de l'agriculture biologique.

Il défend un mode de société plus respectueux des hommes et de la terre et soutient le développement de pratiques agricoles accessibles à tous et notamment aux plus démunis, tout en préservant les patrimoines nourriciers.

Son parcours

Né dans une oasis du Sud algérien d'un père forgeron, Pierre Rabhi est confié à un couple d'Européens dès son jeune âge. Il reçoit alors une éducation française, tout en préservant ses racines. Arrivé en France dans les années 50, ouvrier dans une usine de la capitale, Pierre remet en cause les valeurs de productivisme et de compétition de la modernité et décide de s'installer avec sa famille sur une ferme ardéchoise. Après s'être heurté aux pratiques désastreuses de l'agriculture intensive, il se tourne vers des méthodes respectueuses de la nature.

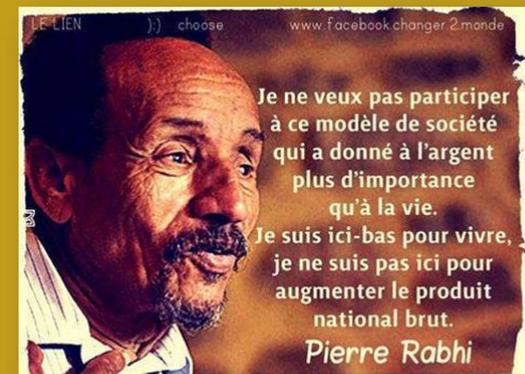
Défenseur de l'agro écologie

Dès les années 70, il étudie et applique les méthodes de l'agro écologie : à la fois une discipline scientifique, un mouvement et une pratique.

La pratique agroécologique est devenue un mode de production agricole qui fait l'objet d'étude et se développe indépendamment de toutes considérations autres qu'agronomiques. Ce mouvement prône le respect des écosystèmes et intègre les dimensions économiques, sociales et politiques de la vie humaine. Il s'agit d'une démarche qui vise à associer le développement agricole à la protection de l'environnement. Ses objectifs principaux sont de faire évoluer l'agriculture à orientation quantitative vers une agriculture qualitative impliquant un renouvellement des buts et des moyens.

Les tenants de ce mouvement se défendent d'une approche purement technique, mais prônent une approche globale basée sur la reconnaissance des savoirs et savoir-faire paysans.

Depuis 1981, Pierre Rabhi transmet son expérience agroécologique et met au point divers programmes de formation en France, en Europe et en Afrique. Il est aujourd'hui reconnu expert international pour la sécurité alimentaire et a participé à l'élaboration de la Convention des Nations Unies pour la lutte contre la désertification. Il est l'initiateur du Mouvement pour la Terre et l'Humanisme pour la transmission de l'éthique et de la pratique agroécologique.



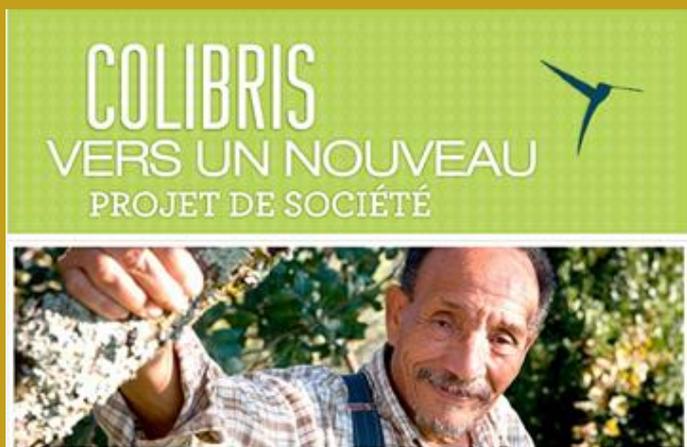
Penseur et auteur

Auteur, philosophe et conférencier, il appelle à « l'insurrection des consciences » pour fédérer ce que l'humanité a de meilleur et cesser de faire de notre planète un enfer de souffrances et de destructions. Devant l'échec de la condition générale de l'humanité et les dommages considérables infligés à la Nature, il nous invite à sortir du mythe de la croissance indéfinie, à réaliser l'importance vitale de notre terre nourricière et à inaugurer une nouvelle éthique de vie vers une « sobriété heureuse ».

C'est ce qu'il explique dans ces différents ouvrages dont Paroles de Terre, du Sahara aux Cévennes, Conscience et Environnement ou Graines de Possibles, co-signé avec Nicolas Hulot. C'est aussi ce qui anime une de ses associations, Colibris, qui a pour mission d'inspirer, Relier et Soutenir tous ceux qui participent à construire un nouveau projet de société.

Un combat de tous

Nous saluons haut et fort cet homme exceptionnel qui nous inspire. Il tient à chacun de promouvoir lui aussi l'idée d'une réconciliation entre les Hommes et la Terre-Mère en appliquant au quotidien la « sobriété heureuse » comme nouvelle éthique de vie.



Philosophe par la nécessité de comprendre le choc de ses cultures musulmanes et chrétiennes, Pierre Rabhi a su tirer de ce conflit intérieur, comme de la terre aride, une richesse qu'il nous fait partager.

<http://www.colibris-lemouvement.org/colibris>

Portrait paru le 13 MAI 2013

http://www.1jour1sourire.fr/actualites/1058-portrait__pierre_rabhi_defenseur_de_lhomme_et_de_la_terre

« Semeur d'espoirs »



Agriculteur, écrivain, humaniste et penseur Pierre Rabhi défend un mode de société plus respectueux de l'Homme et de la Nature.

Il a créé en 2007 la fondation du Mouvement des Colibris expert international pour lutter contre la désertification, où il a tiré le nom de la légende amérindienne : « Un jour, il y eut un immense incendie de forêt, tous les animaux terrifiés, atterrés, observaient impuissants le désastre. Seul le petit colibri s'activait allant chercher quelques gouttes avec son bec pour les jeter sur le feu. Après un moment, le tatou, agacé par cette agitation dérisoire lui dit : « Colibri ! Tu n'es pas fou? Ce n'est pas avec ces gouttes d'eau que tu vas éteindre le feu ! » et le colibri lui répond : « Je le sais , mais je fais ma part. »

Dans ce livre il s'entretient avec Olivier Le Naire rédacteur en chef du service Société et Sciences de l'Express où il commente son parcours de vie en y apportant un regard personnel et autocritique. Au travers de ses valeurs, il a donné un sens à sa vie, et soutien le développement de pratiques agricoles respectueuses de l'environnement en préservant les ressources naturelles.

« Pour que les arbres et les plantes s'épanouissent, pour que les animaux qui s'en nourrissent prospèrent, pour que les hommes vivent, il faut que la terre soit honorée. » Pierre Rabhi

« Semeur d'espoirs » Pierre Rabhi -Olivier Le Naire
Edition Actes Sud/ Colibris
Octobre 2013

OLIVIER LE NAIRE

PIERRE RABHI SEMEUR D'ESPOIRS

ENTRETIENS



Quelques uns de ses ouvrages:

Du Sahara aux Cévennes ou la reconquête du songe

Albin Michel, Paris, 1983, réédition 1995.

Le Gardien du Feu

Éditions de Candide, Lavilledieu, 1986, réédition Albin Michel, 2003

L'Offrande au Crépuscule

Éditions L'Harmattan, 1989, réédition 2001

Le Recours à la Terre

Éditions Terre du Ciel, Lyon, 1995

Parole de Terre

Éditions Albin Michel, Paris, 1996 (préface de Yehudi Menuhin)

Graines de Possibles, Regards croisés sur l'écologie

Pierre Rabhi et Nicolas Hulot, Éditions Calmann Levy, 2005, réédition Livre de Poche, 2006

Terre-Mère, homicide volontaire ?

Éditions le Navire en pleine ville, 2007, entretiens avec Jacques-Olivier Durand.

Manifeste pour la Terre et l'Humanisme

Éditions Actes Sud, 2008

La Sobriété Heureuse

Éditions Actes Sud, 2010

Tous Candidats ! Éloge du génie créateur de la société civile

Coéditions Colibris - Actes Sud, 2011



Le miscanthus se révèle un combustible de choix pour les chaudières collectives...

Facile à produire, nécessitant peu d'intrants, disposant une bonne capacité d'épuration des nitrates, le miscanthus constitue un combustible économique. Exemple à Hangest-sur-Somme (80) où la nouvelle chaudière collective au miscanthus en remplacement de celle au fioul, sera rentabilisée en 3 ans.

Le Miscanthus est un genre de plantes herbacées vivaces originaire d'Afrique et d'Asie du sud. Ces plantes rencontrent un intérêt croissant dans l'industrie et le secteur agricole en raison de leur productivité. Leur teneur en lignocellulose en font par exemple un bon candidat pour la recherche sur la deuxième génération d'agro carburant.



Le miscanthus combustible

Mais même sans transformation, le miscanthus a un rôle énergétique à jouer, comme « simple » combustible écologique et économique dans des chaudières biomasse. La plante nécessite en effet peu d'intrants azotés et comme elle couvre le sol avec ses feuilles en hiver, il n'est pas utile de recourir à des désherbants. Les rhizomes persistent plusieurs années. Il n'est donc pas nécessaire de ressemer les champs. De plus, les dernières études montrent que la capacité d'épuration des nitrates des eaux de drainage, font du miscanthus un bon candidat pour les plantations dans les zones de captage. Seule ombre au tableau, le miscanthus ne présente aucune partie comestible. Son développement entre donc en concurrence des cultures vivrières.

Entre la lasagne et le jardin en carré... Quelque chose à expérimenter ?

Le Keyhole Garden (jardin en trou de serrure — version africaine), c'est une butte bien plus haute et dans laquelle le trou central est un tas de compost. Essentiellement, la technique concentre au même endroit le tas de compost et le potager de proximité. On le construit au plus près de la cuisine, et on y vient pour jeter les épluchures et les restes, l'eau de vaisselle et d'autres eaux grises le cas échéant (mais pas le contenu des toilettes sèches). Et on y prend au passage quelque laitue ou quelque brin de ciboulette.

Comment faire un Keyhole Garden simple

Le Keyhole Garden est un petit potager circulaire en forme de trou de serrure. Un panier à compost est placé au centre pour nourrir et irriguer la culture.



Remplissez le panier à compost avec des épluchures de fruits ou de légumes, avec des déchets de cuisines et de la cendre

Arroser le panier à compost avec vos eaux de vaisselle

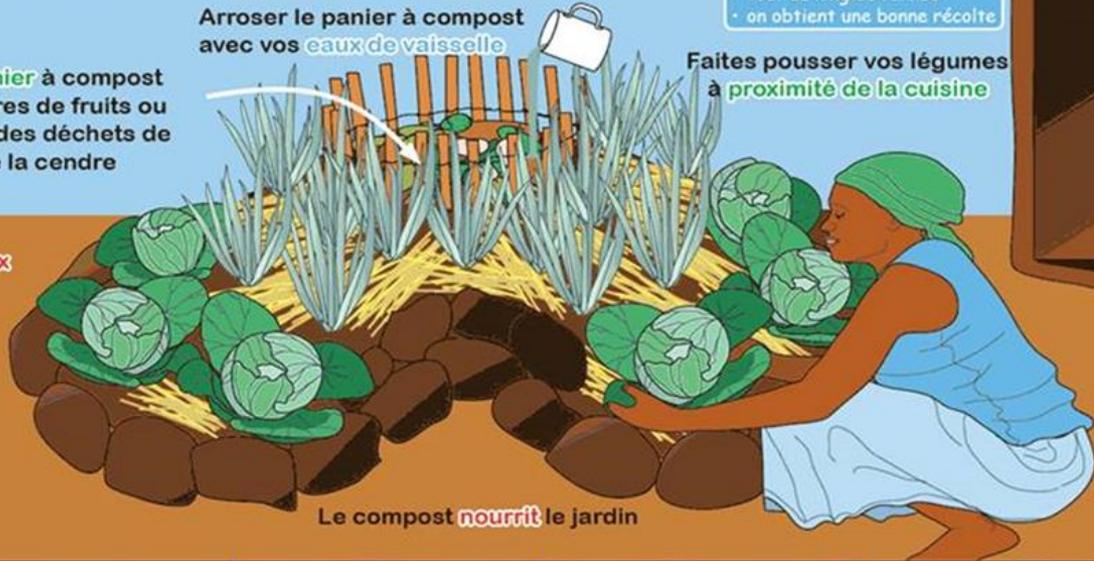


Faites pousser vos légumes à proximité de la cuisine

On peut y faire pousser
• de nombreux légumes
• dans un petit espace
• tout au long de l'année
• on obtient une bonne récolte

Oignons, épinards, chou et autres légumes protègent notre santé

Matériel nécessaire
• Des bâtons
• De la ficelle
• Des briques ou des pierres
• De la terre végétale



Le compost **nourrit** le jardin

Méthode pas à pas

① **Créer le panier**

- Trouvez un endroit à proximité de votre cuisine, partiellement ensoleillé.
- Tracez au sol un cercle d'environ un mètre de diamètre.
- Faites un petit tas de terre à l'intérieur de ce cercle.
- Enfoncez des bâtons autour du cercle pour créer le panier à compost.

② **Construire la bordure**

- Construisez à l'aide de briques ou de cailloux un cercle plus grand autour du panier. Ce cercle constituera la bordure du jardin potager.
- Créez un passage d'accès au panier de compost en forme de "Y".

③ **Entasser le sol**

- Entassez la terre végétale autour du panier à compost, de manière à ce qu'elle forme une petite colline au centre du jardin, dans la pente s'inclina vers la bordure du jardin.
- Laissez le jardin se stabiliser une semaine, avant d'y planter les légumes.

④ **Planter les graines**

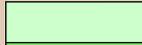
- Planter des graines en rangées séparées d'environ 30 centimètres.
- Ajouter des déchets de cuisine dans le panier à compost.
- A la saison sèche, arrosez le compost tous les jours pour l'aider à nourrir les légumes.

C'est une très bonne façon d'utiliser les déchets de cuisines comme compost pour les légumes. Tom, Jinja

Le tas de compost au centre de la butte dispense son humidité et ses nutriments à toute la communauté de plantes tout autour. Pas besoin de l'isoler du froid, pas besoin de le retourner. Par l'intégration élégante des fonctions qu'il représente, ce keyhole garden a vocation à devenir un emblème de la permaculture, bien plus que la spirale d'herbes aromatiques

Dominique

CALENDRIERS DES SEMIS DE FLEURS ANNUELLES et leur période de floraison

	semis au chaud
	semis sous abris
	semis en pépinière
	semis en place
	repiquage
	plantation
	Floraison



Ageratum

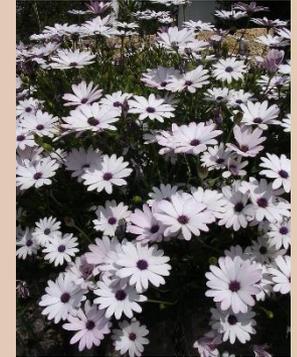


Clarkia



Euphorbe marginata

Nom	janv.	fév.	mars	avril	mai	juin	juill.	août	sept.	oct.	nov.	déc.
Ageratum												
Alysse odorant												
Amamante												
Balsamine												
Belle de jour												
Belle de nuit												
Bidens												
Capucine												
Célosie												
Centaurée(Bleuet)												
Clarkia												
Cléome												
Cobée												
Coquelourde												
coréopsis des teinturiers												
Cosmos												
Dimorphoceca												
Eschscholtzia												
Euphorbe marginata												
Gazania												
Haricot d'Espagne												
Immortelle à bractées												
Ipomée												



Dimorphoceca



Immortelle à bractée



Haricot d'Espagne



Ipomée quamoclite



Mina Lobata



Orlaya



Reine marguerite



Lobelia



Tithonia ou soleil du Mexique

Nom	janv.	fév.	mars	avril	mai	juin	juill.	août	sept.	oct.	nov.	déc.
Ipomée quamoclite				■	■	■	■	■	■	■		
Julienne de Mahon			■	■	■	■	■	■	■			
Lavatère annuelle			■	■	■	■	■	■	■			
Lin annuel				■	■	■	■	■	■	■		
linaire			■	■	■	■	■	■	■	■		
lobelia			■	■	■	■	■	■	■	■		
Mina lobata		■	■	■	■	■	■	■	■	■		
Muflier			■	■	■	■	■	■	■	■		
Nigelle de Damas			■	■	■	■	■	■	■	■		
Œillet/Rose d'Inde			■	■	■	■	■	■	■	■	■	
Orlaya				■	■	■	■	■	■			
Pavot annuel		■	■	■	■	■	■	■	■			
Phlox de Drummond			■	■	■	■	■	■	■	■		
Pied d'alouette				■	■	■	■	■	■	■	■	
Pois de senteur		■	■	■	■	■	■	■	■			
Pourpier			■	■	■	■	■	■	■	■		
Reine marguerite			■	■	■	■	■	■	■	■		
Rudbeckia			■	■	■	■	■	■	■	■		
Soleil				■	■	■	■	■	■	■		
Souci				■	■	■	■	■	■	■	■	
Statice annuel			■	■	■	■	■	■	■	■		
Tabac d'ornement			■	■	■	■	■	■	■	■		
Thlaspi annuel				■	■	■	■	■	■	■		
Tournesol				■	■	■	■	■	■	■		
Tithonia			■	■	■	■	■	■	■	■		
Zinnia		■	■	■	■	■	■	■	■	■		

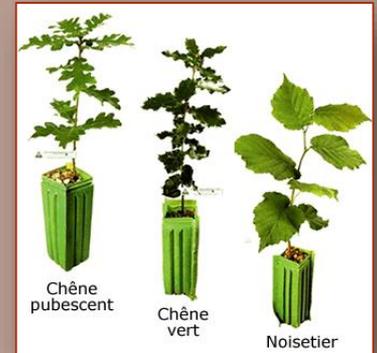
Nicole

LA TRUFFE DU QUERCY



Crédit photo: M.Pujol

La Truffe est un champignon, fructification souterraine d'un mycélium qui vit en association avec l'arbre truffier (chêne pubescent, vert ou noisetier) au niveau des racines.



Plusieurs espèces de truffes existent mais la truffe noire du Périgord, appelée *tuber melanosporum* ou « mélando » est la plus prisée des gastronomes.

Cette truffe naît en mai et juin, grossit au mois d'août et mûrit en décembre, janvier, février et mars.

La truffe ne peut vivre sans un arbre avec lequel elle entretient une relation à bénéfices réciproques grâce au système racinaire des mycorhizes, organes microscopiques de la symbiose.

Lorsque l'arbre fruitier est en âge de produire, on observe autour de celui-ci une zone sans herbe appelée « brûlé ». Cet espace est naturellement désherbé par la truffe.



La culture de la truffe a été inventée au début du XIXe siècle avec le semis de glands dans un sol favorable à une production spontanée.

Sur le territoire du Lot, la trufficulture consiste à planter des arbres contrôlés mycorhizés et à les conduire pour que la production démarre après 5 à 10 ans d'attente pour une durée de 10 à 20 ans.

La plantation doit être protégée contre les dégâts des sangliers, chevreuils, parasites et repose sur le travail du sol, le désherbage, l'arrosage à la plantation et en phase de production, la taille.

La récolte de la truffe s'appelle aussi « cavage » et a lieu de décembre à mars.

Les méthodes de cavage n'ont pas changé depuis deux siècles.



Crédit photos: M. Pujol

On utilise toujours le cochon ou le chien dressé, parfois la mouche qui se pose sur le sol au-dessus des truffes les plus odorantes. Quand le chien a gratté le sol jusqu'à découvrir la truffe, l'homme s'interpose et extrait celle-ci avec un petit outil métallique « le truffadou », et le chien reçoit alors une récompense.

La production truffière a fortement baissée depuis le XXe siècle, mais la relance de la production est encouragée. Le marché le plus important du Sud-Ouest est le marché de Lalbenque et a lieu tous les mardis d'hiver à 14h30 pour le marché de gros et 14h pour le marché de détail.

Prix actuel de la truffe sur le marché de Lalbenque: 400[€] le kg!!! et ça se vend comme des petits pains!!

Les producteurs installent sur des bancs en bois leurs petits paniers d'osier recouverts d'une serviette à carreaux rouge remplis des « diamants noirs » de formes différentes.

Un parfum persistant se dégage des paniers et les acheteurs attendent derrière une corde que le coup de sifflet retentisse et les négociations débutent, la vente ne dure que 10 à 15 mn.

Après la pesée qui se fait à l'écart, les billets s'échangent et l'acheteur repart avec les truffes qu'il pourra cuisiner à souhait avec des œufs, des pâtes, des salades, des légumes, des feuilletés, du foie gras...



Crédit photos: M. Pujol

Monique P.

Le Cycle de vie des truffes

FEVRIER – les spores germent et induisent de mycorhizes

AVRIL – Le mycélium colonise le sol et induit aussi des mycorhizes

MAI – La sexualité du champignon a lieu

JUIN – Les truffettes sont formées

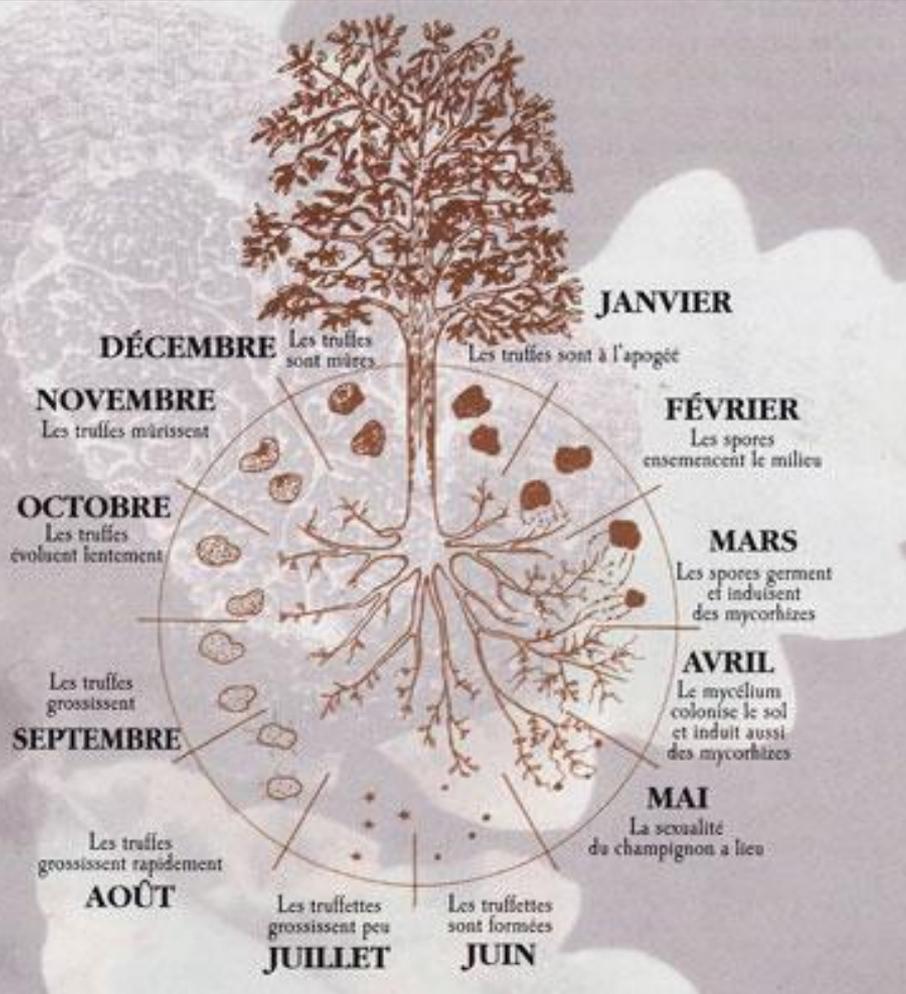
JUILLET – Les truffettes grossissent peu

AOUT- SEPTEMBRE – OCTOBRE – Les truffes grossissent et évoluent

NOVEMBRE – Les truffes mûrissent

DECEMBRE – Les truffes sont mûres

JANVIER – Les truffes sont à l'apogée





Le Grand Cormoran

Alias *Corvus Marinus* ou corbeau de mer, c'est un beau cadeau que nous ont fait les protecteurs de la nature en permettant à ce bel animal de retrouver sa place sur nos côtes et sur nos lacs. Après 40 millions d'années de présence Il en avait presque disparu et ne nichait plus que sur les falaises de Normandie.

Sa silhouette en vol est caractéristique : une croix sombre aux battements d'ailes rapides. Quand ils sont en groupe, ils volent souvent en chevron dans lequel ils se relayent pour prendre la tête. Dans l'eau, il se propulse avec les pattes très en arrière, entièrement palmées. Les ailes collées au corps, il peut rester immergé plus d'une minute et ressortir loin de l'endroit où il a plongé. Une fois le poisson attrapé, avec son long bec crochu, il doit le retourner comme le héron pour l'avaler dans le bon sens. Il peut pêcher en groupe et n'a besoin que de passer qu'environ vingt pour cent de son temps à se nourrir. C'est le poisson le plus abondant qui aura sa préférence. Son décollage est assez laborieux car il doit courir sur l'eau pour gagner assez de vitesse. Les mouettes et goélands le surveillent de près pour se nourrir de ses restes et ratées. C'est une victime fréquente des marées noires.

En France, il en existe deux sous-espèces : la sous-espèce carbo de l'Atlantique et la sous-espèce sinensis des eaux intérieures. Mais quelquefois elles ne sont pas rangées à la bonne place ou elles s'hybrident entre elles. De toute façon ces deux sous-espèces sont difficiles à distinguer : seul le dessin sur la face est un critère fiable pour cela. On les voit souvent les ailes écartées dans la position de l'exhibitionniste devant la sortie de l'école. Les spécialistes ne sont pas d'accord sur le but de cette manœuvre ; ce serait pour accélérer la digestion du poisson plutôt que pour faire sécher leurs ailes ? Leurs plumes ne sont pas bien imperméabilisées ce qui leur donne une ligne de flottaison très basse et des facilités pour plonger. On les a vus aussi avaler des graviers pour la même raison. Tout le monde sait qu'ils pêchent du poisson, assez habilement d'ailleurs ; tel est leur crime et telle fut la cause de leur grande raréfaction. En Chine, au Vietnam et au Japon on les a utilisés pour la pêche en leur mettant une laisse et un collier pour les empêcher d'avaler le poisson qui était ensuite récupéré par le pêcheur.

Il niche en grandes colonies, souvent en compagnie de hérons et aigrettes et couvre les arbres de ses déjections blanches. Ces déjections sont récupérées dans certains pays comme sources de phosphate pour l'agriculture. Ces colonies sont très animées et sont souvent sur des îles ou des territoires en réserves. C'est au mois de mars qu'ils regagnent leur colonie en grand costume nuptial, c'est-à-dire avec du blanc sur la tête et sur la cuisse. Les bretons disent qu'ils ont « la montre sur le côté ». Les jeunes seront plus clairs avec le ventre pâle. Près de chez nous on les trouve sur toute les gravières, la Garonne et même le Touch quelquefois. Ils pêchent à La Ramée mais n'y ont pas de berge pour se reposer.

Bernard

Le jardin tant attendu...

Après quatre années d'attente, Yves a enfin son jardin d'Eden ! Lui et sa compagne Dominique sont ravis. Habitant dans un appartement à Tournefeuille depuis 14 ans, il est heureux d'avoir cette parcelle de 136 m². De plus, le terrain est bien placé à côté du lapin-totem qui attire les enfants. Ses petits-enfants, quant à eux, participent beaucoup en venant peindre des cailloux. La personne à qui appartenait la parcelle l'a bien entretenue. « J'ai reçu un bel héritage ! », souligne-t-il. Cette première année, il a pu créer son carré classique. Il a déterré des endives et planté des fleurs. Il a même réussi à obtenir des pains sucrés impressionnants.

« Au-delà du jardinage, treize nationalités différentes qui se côtoient, cela permet des échanges intéressants », nous confie-t-il, impressionné.



Parizad



Si vous souhaitez faire vivre votre jardin au travers de visites, ou aimeriez parler de votre jardin pour notre journal, n'hésitez plus, contactez-moi:

Chantou.manent@orange.fr ou 06 14 49 39 80



Le métier d'herboriste reprend racine à Toulouse!

Face à la demande, une herboristerie a ouvert dans le quartier Esquirol à Toulouse. Spécialisée dans le bien-être, la boutique a déjà trouvé son public, adepte des médecines douces.

Après cinquante-six ans d'absence, l'herboristerie revient dans le centre-ville de Toulouse. La boutique Le Nouvel Herbier, a ouvert à la mi-décembre(2013) dans le quartier Esquirol. C'est le groupe Natura Mundi, spécialisé dans la vente de compléments alimentaires, qui s'est lancé dans ce nouveau marché qui a le vent en poupe depuis une dizaine d'années grâce au retour des consommateurs vers les médecines douces.

Car depuis 1941, le métier d'herboriste n'existe plus officiellement. Seuls les pharmaciens ont le monopole de la vente et du conseil en matière de plantes médicinales. La législation actuelle permet à des non-médecins et des non-pharmaciens de vendre des plantes à usage physiologiques, à condition de ne pas conseiller de plantes médicinales. Cent quarante-huit plantes de la pharmacopée peuvent actuellement être vendues en herboristerie.

La demande est bien là. « La population ne fait plus confiance à notre système de santé, ce qui entraîne certaines personnes à se soigner par eux-mêmes, autrement », souligne Jean-François Astier, le gérant du Nouvel Herbier, tisanier et naturopathe.

« Notre connaissance des plantes n'est pas en opposition avec les compétences du médecin ou du pharmacien mais plutôt complémentaire. Nous ne cherchons pas à soigner une maladie ou faire de la prévention mais seulement à participer à l'entretien du corps. Nous proposons aux consommateurs des traitements qui vont dans le sens qu'ils décident, en les conseillant sur les différentes vertus des plantes ».

Améliorer le bien-être

Seul magasin de Toulouse spécialisé dans ce commerce, Le Nouvel Herbier, qui compte deux salariés, table sur un chiffre d'affaires de 500.000 euros pour 2014. Si certains pharmaciens proposent déjà des plantes dans leurs officines, l'installation du commerce ne les inquiète pas. « On constate en effet qu'il y a de plus en plus d'adeptes intéressés par ces méthodes alternatives », assure Claude Malgouyard, coprésident du syndicat des pharmaciens de Haute-Garonne. « Il vaut mieux se soigner avec des plantes que de prendre des médicaments nocifs ».

Tisane hépatique apaisant les douleurs au foie, huile anti-poux, jus de grenade pour la prostate, huiles essentielles, myrtille pour les yeux ou rhodiola stimulant le système

disponibles à l'herboristerie. Ici, tout est fait pour améliorer le bien-être. On parle de santé, et non de maladie. Devant le succès du commerce, le patron est déjà confiant pour embaucher un troisième salarié. Car le conseil est important quand on vend des plantes. Beaucoup de curieux poussent la porte de la boutique. C'est le cas de Christiane, une mamie toulousaine qui habite le quartier. « Je ne suis pas adepte des médecines douces mais mon mari apprécie ces traitements alternatifs aux médicaments, en particulier pour sa prostate », confie-t-elle.

« Surtout que ces derniers ne sont pas contre-indiqués avec la prise de ces plantes. Je veux aussi connaître mieux les compléments alimentaires qui apparemment marchent bien ». Fabienne, une quinquagénaire, assure elle « utiliser des plantes depuis dix ans, comme les tisanes calmantes », et est donc ravie de ne plus aller s'approvisionner en produits sur les marchés.

La boutique se distingue aussi par ses choix environnementaux : le mobilier dispose du label PEFC (Programme de reconnaissance des certifications forestières), l'éclairage se fait entièrement avec des Led à très basse consommation et son électricité provient à 100% de l'énergie solaire et éolienne par le fournisseur Enercoop.

Julie Rimbart

RECETTES AVEC DES TRUFFES...

Omelette aux truffes :

Couper les truffes en fines lamelles. Mélanger les avec les œufs.
Laisser quelques instants puis ajouter le jus des truffes*
Laisser les truffes imprégner les œufs pendant 30mn.
Battre les œufs et faites l'omelette en salant et poivrant.
Au moment de servir, garnir le dessus de l'omelette avec 2 ou 3 lamelles de truffe.



Crêpes farcies aux truffes :

Préparer 8 crêpes de taille moyenne.
Dans un récipient, mélanger 200g de crème fraîche, 4 tranches de jambon coupées en grandes lamelles, 3 jaunes d'œufs, 50g de truffes coupées en fine julienne.
Saler, poivrer. Farcir les crêpes de cette préparation.
Mettre dans un plat à gratin, saupoudrer de gruyère râpé et mettre à four moyen pendant 15mn.

A défaut de truffes on peut aussi se faire d'excellentes omelettes avec fines herbes, échalotes, oignons, pommes de terre

Salade composée aux truffes :

Préparer une laitue, couper en rondelles 2 pommes de terre cuites, ajouter persil et cerfeuil.
Pendant ce temps, mettre à chauffer doucement les truffes (50g) dans 2 cuillers à soupe de vin blanc sec.
Au dernier moment, couper les truffes en lamelles puis faire la sauce de salade en remplaçant le vinaigre par le vin blanc.

*Le jus de truffe est obtenu après macération des truffes pendant 6 mois à 1 an dans le jus de la première cuisson, (ou acheté en épicerie en boîte ou en spray!)

Le jus de truffe possède un arôme puissant très pratique en cuisine. Il permet de relever les plats déjà truffés ou de parfumer des jus de cuisson ou des sauces. Le jus de truffe permet également de déglacer des viandes rouges. On l'utilisera pour parfumer une sauce, une vinaigrette ou une purée, ou encore pour arroser une volaille ou une viande.

Le jus de truffe est un ingrédient raffiné à avoir dans son placard pour rendre toutes vos recettes hors du commun. Côté conservation, ce produit peut se conserver 4 ans à partir de la date de fabrication.

RECETTE MEDIEVALE

LA POREE BLANCHE : soupe ou purée

- ❖ 800 gr de blancs de poireaux lavés et ciselés
- ❖ 6 c.à s. d'amandes en poudre
- ❖ 2 oignons moyens émincés
- ❖ 2 gousses d'ail émincées
- ❖ 3 tranches de mie de pain
- ❖ 15 cl. De lait
- ❖ gros sel
- ❖ matière grasse



Cuire les poireaux dans de l'eau bouillante salée 15 mn. Egoutter pour faire une purée ou pas, pour la soupe. Réserver.

Faire frire les oignons dans la matière grasse de son choix. Réserver

Dans une casserole, cuire le lait avec la mie de pain et l'amande jusqu'à réduction en purée.

Incorporer le poireau et l'ail et les oignons.

Cuire le tout 5 mn à feu doux

Assaisonner si nécessaire.

Travaux du Mois de Février par Monique F.

Au potager : Sous abri : radis (variés hâtives), carottes (variétés à forcer), chou de printemps, laitues.
Semez en serre : tomates, poivrons...
Semez en pleine terre bien exposée : fève, épinard, oignon, pois.
Travaillez le sol à la grelinette, le gel brisera les mottes. Epandez du compost mûr dessus et couvrez-le (paille, feuilles mortes...)
Mettez vos plants de pomme de terre à germer à la lumière.

Au verger : Taillez les arbustes à petits fruits, les poiriers et les pommiers.
Traitez vos pêchers contre la cloque au moment du gonflement des bourgeons avec de la bouillie bordelaise (12g/l).



Au jardin d'ornement : Semez sous abri : muflier, pétunia, scabieuse, giroflée, œillet d'inde, verveine, rudbeckia.
Taillez la glycine, les arbustes à floraison estivale et les hortensias.
Scarifiez la pelouse pour supprimer les mousses.



Et la lune dans tout ça :

Elle sera ascendante du 14 au 26 : semer, faire germer, greffer.
Elle sera descendante du 1 au 13 et le 27 et 28 : tondre, planter, tailler, bouturer.
Repos le 6, 8, 19, et 21.

BOUQUINONS

Tout savoir en 64 pages sur l'univers de la truffe
Quelques belles recettes de Nicolas Frion, chef
du Chapon Fin.

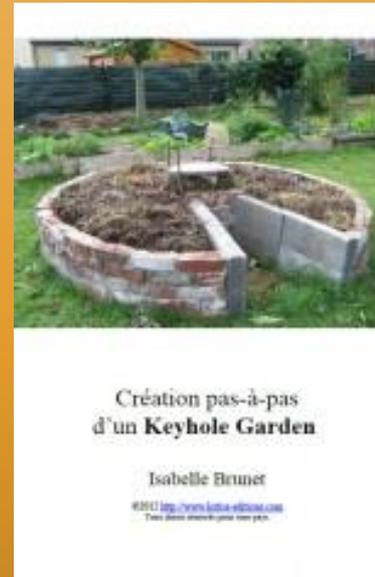
Plus qu'un guide, un petit manuel amoureux à la
mise en page et à l'iconographie soignées.

Ce petit livre cultivé, bien illustré, nous permet
une approche complète de ce miracle de la
nature : pousse, milieu, ramassage,
commercialisation, consommation. On y verra
aussi la place que la truffe a pu occuper dans
l'histoire de l'art et de la littérature.
La dimension culinaire est évidemment
présente, à travers notamment 10 recettes de
Nicolas Frion, chef du Chapon Fin, qui mettent
en parallèle plats traditionnels et nouveaux, mais
aussi par la démonstration, ô combien
importante ! que l'on peut atteindre, avec
quelques dizaines de grammes (et donc un
budget relativement modeste), des sommets
gastronomiques... L'auteur Laurent Croizier est
historien et musicologue.

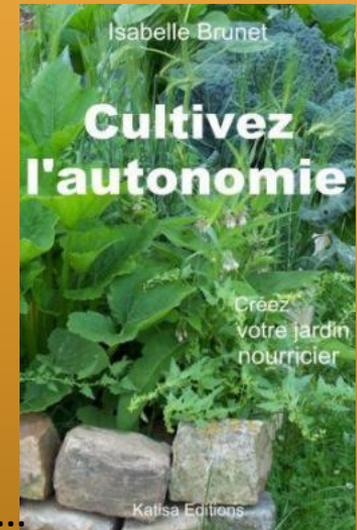


Les photographies sont de Frédéric Lallemand,
qui manifeste un intérêt profond pour les
paysages et d'une manière plus générale pour
tous les sujets où affleure la vie sauvage ; et de
Philippe Exbrayat, spécialisé dans la
photographie de cuisine.

Edition : 11-2011 Editions CONFLUENCES



Auteur : Brunet Isabelle
Ouvrage : Création pas-à-
pas d'un keyhole garden
Année : 2012



Du même auteur...

<http://www.aryanalibris.com/index.php?post/Brunet-Isabelle-Creation-pas-a-pas-d%E2%80%99un-keyhole-garden>



MANIFESTATIONS AVEC L' ASSOCIATION

Mercredi 4 février // 20 h maison quartier Paderne

Attention! soirée reportée ultérieurement

Soirée autour des abeilles : abeilles de la ruche, bourdons, abeilles solitaires . Quelles sont leurs modes de vie, leur différences, comment les reconnaître ? Comment les aider ? En partenariat avec l'association Tourn'abeille.

Mercredi 25 février // 14h Gymnase J. Gay

Ikébana (l'art de faire vivre les fleurs). Avec Danièle.

Samedi 28 février // 9h30 maison des associations

Cours de botanique sur la grande classe des dicotylédones. Second cours avec Bettina

Samedi 28 février // 14h-17h30 Jardins familiaux

Atelier d'initiation au greffage. Observation, pratique et , conseils vous aideront à mieux comprendre le greffage. Avec Joël Bergeron, 5 € pour les AJT, 10 € pour les extérieurs.