

Dans ce numéro

Comment conserver mes fruits et légumes	2
Le carabe	2
Interview Marie Pascual	3
Le Coing	4
Street art et botanique	5
Recettes	6
Suggestions de livres	7
Poésies et Haïkus	8

Voici une nouvelle présentation du BAT. Il est moins coloré mais imprimable pour celles et ceux qui n'ont pas Internet. J'espère que ces quelques articles trouveront écho auprès de vous.

Bernd

Le BAT évolue, Bernd reprend la barre. Toute l'équipe remercie Chantal (et sa superbe mise en page artistique du BAT) et Monique (notre conseillère "travaux"). Elles faisaient cela depuis 7 ans... elles laissent maintenant le bébé à d'autres, mais elles sont toujours actives dans d'autres projets ! Nos remerciements vont aussi à Bernard notre spécialiste des oiseaux depuis de nombreuses années également.

Bienvenu à Bernd et merci à toute l'équipe qui continue !

Tout en sachant qu'il est plus restreint en terme d'espace, voici un petit sondage pour savoir les rubriques que vous aimeriez retrouver dans ce nouveau BAT :

<https://framadata.org/FiQqDgAG66dUeqYI>

Vous savez que notre association continue ses nombreux projets, chacun peut y participer !

Travaux du mardi et jeudi matin, jardins dans les collèges, stands divers, actions militantes (coquelicots, semaine pesticides...), voyez si quelque chose vous tente...

Merci à vous tous bénévoles d'être présents et actifs lors des manifestations importantes de notre association, Troc plantes au printemps et Vide jardin début octobre, ainsi que tous ceux qui dans l'ombre mettent du cœur à l'ouvrage tout au long de l'année !

Alors tous à vos outils, binettes, sécateurs... En route pour de nouvelles aventures !

Toute l'équipe du Bulles à thym vous souhaite une agréable reprise, mais gardons encore un peu la tête en vacances...

Dominique

RDV au Vide-jardin dimanche 6 octobre

→ Retrouvez les anciens numéros du BAT sur notre site :

<https://www.jardiniersdetournefeuille.org/jardiniers-de-Tournefeuille/bulles-%C3%A0-thym>

En bas de cette page du site se trouve un index des sujets traités par mot clé et le BAT correspondant.

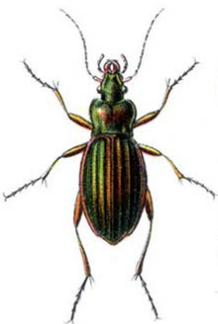
→ Retrouvez le programme des AJT septembre – décembre 2019 dans le dépliant :
https://www.jardiniersdetournefeuille.org/sites/default/files/fichier/progr_09_16.pdf



Comment conserver mes fruits et légumes ?



Bonjour, je suis le carabe !



De l'ordre des coléoptères, je joue un rôle essentiel pour l'équilibre des écosystèmes et la fertilité des sols.

Je chasse surtout la nuit et me nourrit de limaces, d'escargots, de pucerons, de vers de terre, de larves en tout genre (carpocapse, mouche du chou, de la carotte...), de doryphores, de petits coléoptères... Certains de mes collègues peuvent ingérer jusqu'à 125 pucerons ou 6 limaces par jour !

Nous sommes carnivores et particulièrement voraces au stade larvaire. Alors accueillez-moi chez vous !



Dominique

« Marie Sourire »

C'est ainsi que Marie se présente, joviale, ouverte, optimiste, serviable et c'est ainsi qu'on la nomme dit-elle. Adhérente aux AJT depuis leur origine, elle avait « envie de faire quelque chose » à la retraite et « pourquoi pas un potager ? » a-t-elle pensé.

Elle s'est beaucoup investie au début et a fait partie de la petite équipe de bénévoles dans laquelle elle se sentait bien.

Elle a participé à la construction des jardins familiaux et s'est portée volontaire pour faire différents travaux : « j'ai fait tout ce qu'il y avait à faire: débroussaillage, la mare, butinopolis, le chemin des abeilles, l'animation avec les personnes âgées de la maison de retraite, les enfants, le troc des plantes... »

Actuellement, prise par d'autres activités, elle reconnaît avoir moins de temps pour s'investir mais elle continue à venir régulièrement travailler sa parcelle et échange avec les jardiniers.

L'été, elle se prépare pour l'hiver.

Après la récolte des différents légumes : tomates, courgettes, aubergines, haricots verts, artichauts...elle prépare les conserves, la congélation, les coulis, ainsi elle n'a pas besoin d'en acheter.



Marie apprécie aussi le goût et le parfum des fruits rouges: framboises, fraises des quatre saisons, raisin muscat.

Pour elle « le plus difficile est de sortir de chez soi », mais une fois qu'elle est au jardin elle nous confie : « tout ce que j'ai dans la tête s'en va, j'ai toujours quelque chose à faire et je ne vois pas passer le temps ».

Elle se rappelle souvent ce que lui a dit un jour une adhérente :

« Dans la terre il y a l'hormone du bonheur »

Il est évident que Marie respire cette hormone et son sourire en est la preuve.

Monique P.

Le coing



Le coing est le fruit volumineux du cognassier, arbre de petite taille de la famille des Rosacées. Il présente la forme d'une grosse poire à la peau épaisse et cotonneuse, à maturité, devenu d'une belle couleur dorée il très odorant. Le coing est connu aussi sous l'appellation de pomme d'or ou poire de Cydonie.

Doté d'une chair très ferme (il est difficile de l'éplucher : on préférera le laver puis l'essuyer pour ôter son « duvet »), et d'arômes très riches, il se consomme uniquement cuit, sa teneur en pectines

permet l'élaboration de compotes, confitures, gelées et pâtes cuites.

Ces fruits sont essentiellement utilisés en pâtisserie mais on peut oser les cuire au beurre, en les tranchant en fines lamelles pour accompagner la volaille (canard) ou les tajines de mouton.

Dans certains pays de l'est de l'Europe on prépare une liqueur avec les coings.

Le coing est connu pour sa faible teneur en sucres, en revanche minéraux, oligo-éléments et vitamines sont très abondants comme le potassium, le cuivre.

Dans certaines régions du Sud-Ouest de la France les cognassiers étaient plantés pour marquer la limite d'un terrain. L'arbre ne drageonnant pas, il reste un repère fixe et stable pour servir de bornage, ainsi on les retrouve souvent au « coin » ou à l'angle du champ, mais aussi dans les haies.



Recette de Chutney de Coings

Ingrédients

- 2 petits piments rouges
- 350 g de cassonade
- 20 cl de vinaigre blanc
- 1 cuillère à soupe de gingembre râpé

Préparation

Peler les coings, les épépiner, les couper en petits dés et les saler.

Egrainer les piments rouges et couper les très finement.

Dans une casserole, mettre le vinaigre, le sucre et - si l'on veut faire plus exotique - 1/2 cuillère à soupe de garam masala.

Porter à ébullition à feu moyen et laisser frémir 5 min. Ajouter alors les coings, les piments et le gingembre. Toujours à frémissement, laisser cuire une heure en remuant de temps en temps.

Le mieux est ensuite de les verser dans de petits bocaux stérilisés que l'on met au congélateur et que l'on sort au fur et à mesure (de petits pots de confiture ou de moutarde font parfaitement l'affaire).

Régine

Street art et botanique Retour en image sur l'été 2019



Cet été 2019 a été riche en idées pour rendre visible les plantes dans l'espace public : les initiatives ont fleuri sur les murs et les trottoirs, dans les rues et les interstices des villes. Le monde botanique pour un art de rue d'inspiration végétale à Toulouse, Grenoble, Montpellier, Nantes, Lyon, Perpignan ou Brive-la-Gaillarde !

Écrire les noms des sauvages des rues à la craie à Toulouse avec le Muséum

A Toulouse, les passants ont pu lire, écrit à la craie sur les trottoirs, le nom des plantes sauvages de leurs rues. Menée par le Muséum de Toulouse, dans la lignée de Belles de bitume à cette initiative souhaite contribuer à mettre en lumière la flore sauvage et la préservation de la biodiversité végétale. 86 espèces ont été recensées dans le quartier du Busca, dont celles citées dans cette action comme la Pariétaire de Judée, la Carotte sauvage, la Digitale mais aussi la Vergerette de Sumatra, le Figuier ou la Morelle noire.



Nantes,
flore sauvage

Pour en savoir plus et voir plus de photos, vous pouvez visiter [le blog du Museum](#) ou [leur page Facebook](#).



Et si on s'y mettait ?

Dominique

Bon appétit

Un délicieux gratin de blettes

Ingrédients

1 bouquet de blettes, 2 œufs, 2 c-à-s de maïzena, ¼ l de lait, 1 petit pot de crème épaisse, 20 g de beurre, 4 gousses d'ail, emmenthal râpé, 3 pincées de noix de muscade, sel, poivre

Faire cuire les tiges coupées en morceaux 5 minutes dans de l'eau salée, ensuite ajouter les feuilles coupées en morceaux et faire cuire encore 5 minutes.

Faire revenir le beurre, les tiges, les feuilles et l'ail dans une poêle.

Préparer un mélange avec le lait, les œufs, la crème et les épices, verser ce mélange sur les blettes qui sont déjà dans un plat à gratin. Couvrir de fromage râpé.

Enfourner pendant 35 minutes à 200 ° C.

Cake aux poires enrichi aux amandes (Origine : Les Cakes de Sophie)

Ingrédients

Pour le cake : 3 œufs, 170 g de sucre de semoule, 160 g de farine, 1/3 de sachet de levure, 150 g de beurre demi-sel, 2 poires Williams

Pour le sirop : 100 de sucre semoule, 10 cl d'eau

Pour la variante gourmande : 50 g d'amandes en poudre (idéalement grillées), 20 g d'amandes effilées (idéalement grillées)

Préchauffez le four à 180 ° C (thermostat 6).

Epluchez les poires, coupez-les en plusieurs morceaux et faites-les pocher dans le sirop frémissant durant 15 minutes. Egouttez-les.

Pendant ce temps, dans un saladier fouettez les œufs et le sucre. Incorporez la farine et la levure. Faites fondre le beurre et mélangez-le à la pâte. Farinez les poires et incorporez-les à la base. Ajoutez les amandes en poudre et les amandes effilées.

Versez le tout dans un moule beurré et fariné et mettez au four pendant 40 minutes.

Gâteau à la courgette – surprenant !

Ingrédients :

Pour le gâteau : 3 œufs, 500 g de sucre, 500 g de courgettes râpées (avec la peau, si celle-ci n'est pas trop épaisse et dure, cela rend l'aspect visuel du gâteau plus intéressant), 100 g de noisettes en poudre, 420 g de farine, 250 ml d'huile, 1 sachet de sucre vanillé, ½ sachet de levure, 1 c-à-c de cannelle

Attention : Les quantités de la recette originale sont importantes. Je vous conseille de ne prendre que 2/3.

Pour le glaçage : Confiture d'abricot, 140 g de chocolat noir, 120 g de beurre doux

Fouettez les œufs, le sucre et le sucre vanillé. Ajoutez lentement l'huile jusqu'à ce que le mélange blanchisse. Ajoutez courgettes râpées, farine, levure, cannelle et noisettes.

Versez dans un moule beurré et fariné (plutôt moule à gâteau rond, pas de moule à cake > il sera trop petit). Cuire au four pendant environ 40 minutes à 165 ° C (chaleur tournante).

Laisser refroidir. Couvrir avec une fine couche de confiture.

Mélanger le chocolat et le beurre et faire fondre au bain marie.

Couvrir le gâteau avec le glaçage.

Carina

Suggestions de livres

Thierry Doré / Stéphane Bellon aux éditions Quæ : Les mondes de l'agroécologie

Depuis quelques années l'agroécologie connaît un essor, en phase avec des désirs de rupture par rapport aux formes conventionnelles d'agriculture. L'usage du terme a dépassé le cercle des spécialistes de l'agriculture. Mais qui sait vraiment ce qui se cache derrière ce terme ? Ainsi d'où vient l'agroécologie ? Quels en sont les divers promoteurs ? Comment s'est-elle déployée ? Quelles en sont les formes contemporaines, agricoles mais aussi sociales ? Quels sont ses enjeux, ses modalités de développement et ses valeurs ? Pour répondre à ces questions, les auteurs montrent que les visages de l'agroécologie sont multiples, car elle se déploie selon une toute une gamme de situations historiques, géographiques, institutionnelles et sociales.



LES MONDES
DE L'AGROÉCOLOGIE

THIERRY DORÉ ET STÉPHANE BELLON

éditions
Quæ

Gerhard Schuster / Christine Schneider aux éditions Ulmer : Les 11 meilleurs champignons sans se tromper

Déterminer sans erreur 10 champignons, les plus sûrs et les meilleurs de nos forêts. Concis et ultra pratique !

Voici le guide de terrain qui manquait pour qui souhaite récolter des champignons, avec la certitude de ne pas se tromper. Il se concentre sur 10 espèces, tout simplement les meilleurs champignons des bois français : le bolet bai, les cèpes, le pied-de-mouton, la girolle, la coulemelle etc.

Les champignons sont décrits avec précision sous tous les angles, on élimine les risques de confusion. Les auteurs, très soucieux de la ressource, donnent de nombreux conseils aux cueilleurs : choix des lieux de cueillette, sélection des champignons mûrs et quantité suffisante sur un lieu donné, périodes et conditions de récolte les plus adaptées et enfin la bonne manière de les cuisiner et les conserver.



Régine

Poésies

...Pourquoi mon cœur es-tu si lourd
Quand les bois ont les cheveux courts ?

Rivé aux cailloux de la cour
Le lierre étreint dans ses doigts gourds
D'une hirondelle.

Entends-tu dans le petit jour,
Le gel affûter ses tambours
Et ses chandelles ?...

Pierre Coran (extrait du poème « Automne »)

Haïkus

Lune pâle
Air piquant du matin
Aurore d'automne

~~~~~

Douce ondulation  
Velouté de soie sur l'eau  
Jour automnal

**Monique Pujol-Vialade**

## Petit clin d'œil de la rédaction



« A la faveur d'un cou flexible, bien dégagé du thorax, la tête peut pivoter, se tourner de droite et de gauche, se pencher, se redresser. Seule parmi les insectes, la Mante dirige son regard ; elle inspecte, elle examine ; elle a presque une physionomie. »

**Jean-Henri Fabre**

Photo : Bernd