



La feuille de chou



14-10-2015



5 inventions écolos qui vont changer le monde

Pour faire face au monde de demain, les Géo Trouvetout d'aujourd'hui planchent sur des inventions innovantes qui répondront à la crise climatique.

« Le monde a commencé sans l'homme et finira sans l'homme » prophétisait Claude Lévi-Strauss. Pour que cette prédiction n'arrive pas trop vite, graines d'inventeurs et éco-citoyens misent sur l'innovation. [...]

En quête de concret, les communautés *OuiShare* et *Open State* ont lancé POC21, traduisez Preuve de Concept.

Engagée pour un avenir durable, Preuve de Concept met à l'honneur 12 inventions open source, économes en énergie, qui s'appuient sur un modèle de production collaboratif et répondent à des enjeux sanitaires ou énergétiques lourds.

En voici cinq :

1- Showerloop (Finlande) : D'aspect, c'est une douche tout ce qu'il y a de plus classique. Pourtant, il pourrait bien s'agir du système le plus écologique jamais conçu. Quand une douche ordinaire nécessite 10 litres d'eau à la minute, Showerloop en utilise la même quantité quel que soit le temps passé à se délasser sous le pommeau. Grâce à un système de filtration intégré, l'eau de la douche est purifiée en temps réel, réinjectée et réutilisée directement.

2- Bicitractor (Espagne) : Les engins agricoles sont très polluants et incompatibles avec une production en bio ou en permaculture. Du coup, les exploitations agro-écologiques nécessitent une main d'œuvre plus soutenue. Bicitractor propose de faciliter durablement le travail des producteurs bio.

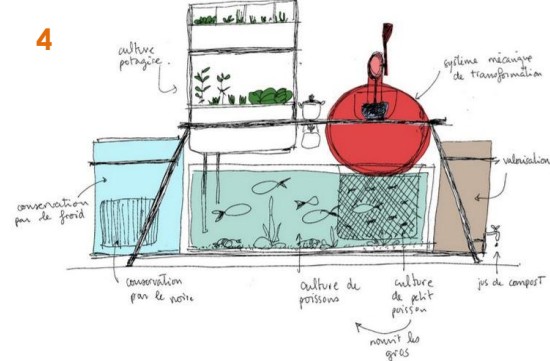
Dans les fermes de petite et moyenne taille, ce petit tracteur à pédales vient se substituer en partie au travail manuel. Équipés d'outils divers, ces tracteurs écologiques labourent, désherbent et forent.

3- Aker (États-Unis) : Repeindre la ville en vert. Voilà ce que propose Aker, qui développe des outils et mobiliers en kit pour réintroduire l'agriculture en milieu urbain et soutenir la biodiversité.

En bois naturel, jardinières, ruches ou poulaillers se montent et se démontent à l'envi. Les différentes formes et structures des kits permettent même de créer un mini potager à l'intérieur d'un appartement.

4- Biceps Cultivatus (France) : Sous l'évier, l'élevage de truite nourrit le bac de légumes qui s'allongent au-dessus du plan de travail. Les végétaux finiront réduits en purée ou en soupe par le robot mécanique intégré à ce meuble de cuisine ultra-équipé qui permet de faire pousser, conserver sans réfrigérateur, transformer et composter les déchets des aliments. La promesse ? Une boucle vertueuse qui assure autonomie alimentaire et énergétique. Le tout sans oublier d'être infiniment design. Une révolution.

5- L'éolienne à 30 euros (Royaume-Uni) : Il faut compter entre 10 000 et 90 000 euros pour l'achat et l'installation d'une éolienne domestique selon le site *Quelle Énergie*. Une facture qui ferme la porte à certains budgets modestes désireux de changer de modèle énergétique. C'est alors qu'intervient l'éolienne à 30 euros. Des palmes faites maison à partir de matériaux de récupération qui peuvent produire 1 kW exposées à des vents de 60 km/h et un tutoriel de fabrication simplifié.



Source : www.biodalaune.com

Les Potagers du Télégraphe 10, Chemin du Larris - av. du 8 Mai 1945 - 91150 Etampes - Tél : 01 69 16 11 11
contact@lpdt91.fr - www.pole91.fr - www.lpdt91.fr



Vos recettes de la semaine

Temps de préparation : 35 minutes

Ingrédients (pour 6 personnes) :

1 rouleau de pâte feuilletée
600 g de jeunes poireaux
180 g de fromage de chèvre frais
100g de tofu bio
sel, poivre
20 cl de crème fraîche ou soja
1 oignon
10 cl de vin blanc
1 pincée de noix de muscade



Tarte aux poireaux, tofu et chèvre

Préparation de la recette :

Laver les poireaux. Les couper en rondelles fines. Peler et émincer l'oignon. Dans une poêle légèrement huilée faire revenir l'oignon émincé et les poireaux. Saler et poivrer. Arroser avec le vin blanc. Laisser cuire sur feu moyen pendant 10 minutes environ (jusqu'à évaporation du liquide).

Préchauffer le four à 180°C (thermostat 6). Garnir un moule à tarte recouvert de papier sulfurisé avec la pâte feuilletée. Piquer le fond à la fourchette.

Mixer ensemble le tofu et la crème jusqu'à obtenir la consistance d'une crème. On peut allonger avec un peu de lait si la pâte est trop consistante.

Saler, poivrer et ajouter la pincée de noix de muscade. Mélanger. Ajouter le chèvre frais et mixer à nouveau.

Répartir les poireaux sur le fond de tarte. Y verser le mélange. Faire cuire la tarte à four moyen pendant 20 minutes environ.

C'est prêt !

Source : www.cuisine.journaldesfemmes.com

Tagliatelles à la citrouille

Préparation de la recette :

Coupez la citrouille en dés de 1 cm.
Faites chauffer 3 cuillères à soupe d'huile d'olive dans une sauteuse ou une grande casserole. Ajoutez l'oignon et l'ail et faites revenir à feu doux pendant 3/4 min. Ajoutez le persil et continuer la cuisson 1 min.
Ajoutez les morceaux de citrouille et faites cuire à feu vif 2/3 min. Salez, poivrez et ajoutez la pincée de noix de muscade. Ajouter les 2 tiers du bouillon (20 cl) et portez à ébullition. Couvrez et laissez mijoter à feu vif pendant environ 10 min (en fait jusqu'à ce que la citrouille soit tendre). Ajoutez du bouillon en cours de cuisson si nécessaire car il ne faut pas que la citrouille se dessèche ou brûle.
Ajoutez le jambon et faites cuire 2 min.
Pendant ce temps faites cuire les tagliatelles dans une grande casserole d'eau en ébullition salée avec la cuillère d'huile restante et en suivant le temps indiqué sur le paquet de pâtes.
Egouttez-les et transvasez-les dans le plat de service.
Ajoutez la crème au mélange de citrouille et de jambon et réchauffez en remuant. Recouvrez les tagliatelles de cette sauce et servez avec le parmesan râpé.
C'est prêt !

Source : www.marmiton.org

Temps de préparation : 30 minutes

Ingrédients (pour 3 personnes) :

500 g de citrouille pelée et épépinée
30 cl de bouillon de volaille
125 g de jambon de parme
250 g de tagliatelles sèches
15 cl de crème fraîche épaisse
1 oignon émincé
2 gousses d'ail écrasées
4 cuillères à soupe d'huile d'olive
4 cuillères à soupe de persil haché
1 pincée de noix de muscade
Sel et poivre
Parmesan râpé



Vous souhaitez partager vos recettes ?

N'hésitez pas à nous les déposer à l'accueil panier ou par mail : contact@lpdt91.fr

Nous recherchons de nouveaux adhérents, alors n'hésitez pas à en parler à votre entourage.

Nom et prénom du parrain :



**Chantiers
d'insertion**

Bulletin d'Adhésion



Nom : _____ Prénom : _____

Adresse : _____

Tél. fixe : _____

Portable : _____ €-mail : _____

Adhésion à l'association : 15 euros par an.

Formule choisie : 46 paniers doubles : 598€ / an

46 paniers simples : 299€ / an

Offre découverte : 23 paniers doubles : 299€ / 6 mois

23 paniers simples : 149,50€ / 6 mois

Distribution : Étampes Itteville Autre, à préciser _____

Règlement : par chèque

Fait à _____ le _____ Signature : _____

Chemin du Loris
91150 ÉTAMPES
Tél 01 69 16 11 11
Fax 01 69 16 11 10
www.jpdt91.fr

**LES POTAGERS
du télégraphe**

Association loi 1901
SIRET 498 644 368 000 17
Code APE 0113Z

Pour chaque parrainage 1 panier offert.