



La feuille de chou

Chantier d'insertion permanent

25/09/2013

EDITO

L'agroforesterie :

L'agroforesterie consiste à associer sur une même surface des arbres et une production agricole. Un système mixte qui donne de très bons résultats.

Les arbres favorisent la biodiversité, ils restaurent la fertilité de la terre grâce à la chute des feuilles et la décomposition des racines fines qui augmentent le taux de matière organique. En sous-sol, le filet racinaire capte les éléments nutritifs qui échappent généralement aux cultures. Chaque arbre en retient une partie pour ses propres besoins et recycle l'autre pour les végétaux alentours. Enfin il fixe le carbone et participe à la lutte contre l'effet de serre. L'agroforesterie comptabilise en France 50000 agriculteurs sur 170000 hectares plantés de 14 millions d'arbres. Dans ce domaine, le Languedoc-Roussillon et le Sud-Ouest sont les 2 régions en pointe. Pratiquement la moitié des agriculteurs concernés est en Bio, les autres réduisent leurs intrants et la plupart envisage une conversion.

Extrait de KAIZEN N°10



Recette de la semaine

Papillotes de légumes au thym et au citron :

Ingrédients

½ bulbe de fenouil / 1 poivron rouge / oignon / courgette / 1 aubergine / branche de thym frais / 1 citron pressé

Préparation

Détailler les légumes en lamelles. Les monter en brochettes en variant les légumes.

Les disposer sur un carré de papier cuisson. Ajouter les branches de thym et arroser de jus de citron.

Fermer hermétiquement la papillote. Faire cuire sur barbecue pendant 20 à 30 minutes.



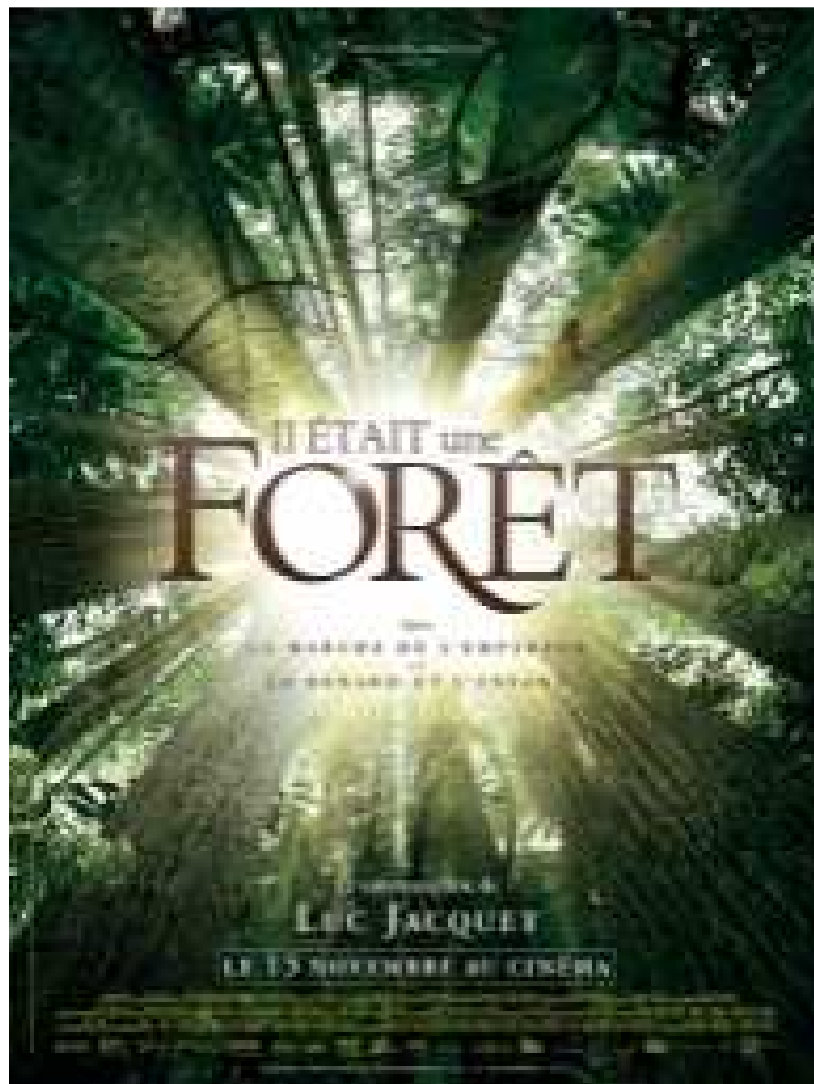
Les légumes de la semaine



Paniers simples: *Une aubergine, carottes (1 kg), un concombre, une portion de courge, une salade, une barquette de tomates Cerise, un poivron.*

Paniers doubles: *Une aubergine, carottes (2 kg), épinard à disposition, un concombre, une portion de courge, choux rouge à disposition, deux courgettes, tomates rondes (1 kg), deux poivrons.*

Merci de bien vouloir penser à rapporter les caisses appartenant aux potagers



Avec *Il était une forêt*, Luc Jacquet nous fait découvrir le botaniste Francis Hallé et son travail dans les forêts tropicales. Le nouveau documentaire du réalisateur de *La Marche de L'Empereur* sortira en salle le 23 novembre.

Il était une forêt, nous invite à une découverte inédite des forêts tropicales primaires. Pour la première fois, une forêt tropicale va naître sous nos yeux. Ce film synthétise une gigantesque somme de savoirs acquise pendant des siècles. De la première pousse de la forêt pionnière au développement des liens entre plantes et animaux, ce ne sont pas moins de sept siècles qui vont s'écouler sous nos yeux. *Il était une Forêt* propose un voyage inédit en forêt, un voyage dans la vie elle-même.

Depuis des années, Luc Jacquet filme la nature et le monde animalier, pour émouvoir et émerveiller les spectateurs à travers des histoires uniques et passionnantes. Sa rencontre avec le botaniste Francis Hallé a donné naissance à ce film patrimoine sur les forêts tropicales primaires, un des enjeux écologiques majeurs, véritables poumons verts garants de la vie sur terre. Seul le cinéma peut offrir une plongée exceptionnelle dans ce monde totalement sauvage, en parfait équilibre, où chaque organisme - du plus petit au plus grand - joue un rôle essentiel.