



Bio, Local et Solidaire
pour des légumes frais et de saison toute l'année !

Foncier: Appel à candidature sur Hennebont

La commune d'Hennebont est propriétaire de 4 ha de foncier. Elle souhaite que ces terres soient cultivées en bio, par un agriculteur déjà en place (complément de terre) ou par une personne qui souhaite s'installer. Un premier appel à candidature avait été lancé courant mai et n'a pas recueilli de candidature. La mairie relance donc son appel. Si vous êtes intéressés, contactez le GAB 56. Contact : Maëla 02 97 66 39 99

Prévenez nous de vos départs en vacances

Avec la saison estivale, vous serez nombreux à quitter la région. N'oubliez pas de nous prévenir au plus tôt des dates auxquelles vous ne récupèrerez vos paniers.



Panier de la semaine

Légumes	Unité	Prix/U	Individuel (7€)		Double (10€)		Familial (15€)	
			Qté	Prix	Qté	Prix	Qté	Prix
Tomate classique	kg	2,50 €	0,3	0,75 €	0,8	2,00 €	1	2,50 €
Haricot	kg	7,00 €	0,3	2,10 €	0,3	2,10 €	0,6	4,20 €
Aromates	kg	0,90 €	1	0,90 €	1	0,90 €	1	0,90 €
Oignon	botte	1,80 €	1	1,80 €	1	1,80 €	1	1,80 €
Courgette	kg	2,60 €	0,4	1,04 €	0,8	2,08 €	1	2,60 €
Concombre	pièce	1,10 €					1	1,10 €
Poivron	kg	3,80 €	0,2	0,76 €	0,4	1,52 €	0,6	2,28 €
Total				7,35 €		10,40 €		15,38 €

La composition des paniers peut légèrement varier en fonction des récoltes

Mot du jardinier

Un an déjà, fin d'une magnifique expérience à Saint-Urchaut.

Chers adhérents, je me dois pour cette occasion de vous remercier du plus profond de mon cœur pour votre fidélité. Grâce à vous, j'ai pu reprendre goût à la vie, au travail et donner un meilleur confort à ma petite Alix, 2 ans.

Certains noms dont je connais également les visages me gonflent le cœur quand j'y repense: Mme Lorenzo et ses enfants, M. Tondera, M. Le Marre et sa famille, M. Permingeat et tant d'autres. Et d'autres noms dont les visages me sont inconnus mais qui portent, il est certain, le visage de la solidarité, de la générosité, de l'altruisme. Je veux remercier également tout les membres de l'association Optim-ism, au nom de toutes les personnes qui ont travaillé et travailleront encore grâce à vous, ce que vous faites est grandiose. Merci également à mes chefs Marc Tymen et Thierry Le Floch (papa...), à nos chargées d'insertion socio-professionnelles Christelle Guegan et Véronique Bronsard qui font leur travail avec une rare dévotion, à Nora Bendellaa pour la transmission de son savoir et son dynamisme, à notre directeur Max Schaffer toujours dans le dialogue, la compréhension et l'écoute. Félicitation aussi à Nello Hardy pour son travail et la mise en place du marché bio place Jules Ferry à Lorient. Pour finir, merci à tous les collègues rencontrés lors de cette grande aventure humaine qu'a été le Jardin de Saint-Urchaut. Merci à tous. Ken emberr....

Vanessa-Laure Sow

Portes ouvertes

Retrouvez nous le samedi 12 septembre de 11h à 14h à la Porte Ouverte du Jardin de la Croizetière à Riantec.

Semaine 30: du 20 au 26 juillet 2015



FR-BIO-01
Agriculture France
certifiée Ecocert

Origine France / catégorie 2





Recette de la semaine

Tarte aux courgettes, oignons, tomates
à la moutarde

Ingrédients /

1/2 pâte feuilletée complète

1 courgette

1 tomate

2 beaux oignons

Moutarde forte

Coulis de tomate

Crème

Huile d'olive

Herbe de Provence

Origan

Sel et poivre



Préparation /

Préchauffer le four à 180°C (Therm 6)

Étaler la pâte feuilletée dans le moule.

Laver les légumes et les couper en fines
rondelles.

Réserver.

Pré-cuire la pâte feuilletée 10 min au four,
recouverte de papier sulfurisé et de « légumes
secs ».

Réserver.

Faire fondre les oignons ciselés, dans une
poêle avec un peu d'huile d'olive.

(pas trop de coloration)

Réserver.

Tapisser le fond de tarte avec la moutarde.

Ajouter 3 petites cuillères à café de sauce
tomate par dessus.

Finir par un petit trait de crème par-ci, par-là.

Disposer ensuite quelques oignons, puis
recouvrir en alternant plusieurs lamelles de
courgettes et tomates.

Finir par les oignons restants.

Assaisonner avec le sel, le poivre et les
herbes.

Verser un filet d'huile d'olive sur le dessus de
la tarte avant d'enfourner pour environ 30
minutes.

IDEES RECETTES /

/Spaghetti de courgettes aux tomates rôties
et pignons de pin

/Salade méditerranéenne de courgettes,
aubergines et poivrons grillés

Le coût de la pollution de l'air évalué à 101,3 milliards d'euros par an

La commission d'enquête du Sénat en charge de l'évaluation du
coût économique et financier de la pollution de l'air, créée en
début d'année, a rendu public son rapport le 15 juillet 2015.



L'évaluation de la commission intègre à la fois les dommages sanitaires de la pollution et ses
conséquences sur les bâtiments, les écosystèmes et l'agriculture. En grande majorité, le coût
sanitaire serait compris entre 68 et 97 milliards d'euros par an.

Les particules fines et l'ozone, deux des principaux polluants atmosphériques, sont à l'origine
de 42 000 à 45 000 décès prématurés par an en France. Parmi les coûts non sanitaires,
estimés à 4,3 milliards d'euros, figurent l'impact de l'absentéisme professionnel sur la
productivité des entreprises, la baisse des rendements agricoles, la perte de la biodiversité
ou encore l'entretien des bâtiments dégradés. La commission avance 61 mesures pour lutter
contre ce fléau. Elle préconise notamment d'augmenter la fiscalité du diesel et de taxer les
émissions de polluants.



Rejoignez-nous
sur facebook

02.97.82.56.14

communication@optim-ism.fr