

Quelques nouvelles d'Anjou et de la ferme, pour garder les pieds sur terre...

... Parce qu'avant Thomas travaillait en RH à la Défense, Hélène en com' dans le 16<sup>ème</sup> et que Vianney y a fait ses armes de juriste...

Nous produisons du porc du veau ou bœuf (race Limousine), élevés et engrangés à la ferme. 100% BIO

# Du **au CHAMP** de Mars... de blé

Février 2020

n°24



**Nous voulions de l'eau, nous l'avons eue ! Depuis le 15 octobre, nos semoirs étaient prêts, nos semences triées pesées, nos champs hersés, mais il a plu. A seau. Tous les jours ou tous les 2/3 jours. Et le froid est venu furtivement, sans durcir suffisamment les sols. Toujours et encore, la météo gouverne...**

**La campagne sort de son manteau de brouillard gris,** les buissons fleurissent, les haies bourgeonnent et les oiseaux nous éveillent de leurs trilles joyeux. Le printemps frémit. Avec un mois d'avance et un hiver bien trop humide. Nos champs sont détrempés, au point que nous n'avons pas pu semer la totalité de nos cultures. Un tracteur se serait enlisé. Nous avons récolté le sarrasin tardivement, courant novembre. Et avons saisi une ultime occasion, en janvier pour semer quelques hectares de blé in extremis.

**Cette fin d'hiver est** l'occasion d'entretenir les haies. Plus de 10 km entourent les champs de la ferme. L'an passé nous avons planté plus de 800 pieds et certains ont trop souffert de la sécheresse, aussi devons-nous « re » planter quelques dizaines d'arbustes. Les enfants ont profité des vacances scolaires pour prêter main forte (ou tout du moins s'initier...). Les haies plus anciennes, notamment de frênes, fournissent le bois de chauffage. A condition de trouver le temps d'élaguer, transporter, scier et stocker !

**Le troupeau patiente encore quelques semaines** à l'abri, en attendant de retrouver les vertes prairies. Nous surveillons ainsi au plus près les vêlages, et leur assurons un peu plus de confort que de patauger sur des sols trop mouillés qui abîmeraient leurs aplombs. Nos animaux se régaleNT ainsi de foin, d'ensilage d'herbe et

de céréales. Ceux destinés à l'engraissement bénéficient de betteraves fourragères durant les 3 mois qui précèdent leur départ.

**Des aménagements de la meunerie** sont en cours, tous les sacs étant remplis à la main, nous cherchons à améliorer le confort de travail. Les plans sont faits ; Pour l'instant c'est l'étape rangement, tri, ménage, pour libérer un local. Nouvelles à suivre sur Facebook !

**Visite !** La ferme est très souvent sollicitée pour des visites d'étudiants, de lycéens. Nous avons récemment accueilli un groupe de l'ESA, en formation de BPREA. Occasion pour eux de découvrir une ferme à taille humaine, qui fonctionne comme un tout organique. Les échanges nous ont permis de souligner combien faire ce choix d'orientation professionnelle était un choix de vie plus qu'un choix de métier, que le soutien de la famille et de l'entourage était indispensable. Plus récemment ce sont 3 lycéennes de seconde générale qui sont venues faire un reportage vidéo sur notre « système agricole ». Bref, *La ferme de François* est un lieu de convergence !

Nous sommes heureux de vous fournir le meilleur de notre travail, votre satisfaction et votre fidélité nous sont précieuses ! **Bienvenue aux nouveaux gourmets, rendez-vous en septembre !**

**EARL  
TOUCHET  
MARTIN**

Thomas et Hélène MARTIN, Vianney TOUCHET  
EARL TOUCHET MARTIN  
[fermedefrancois@gmail.com](mailto:fermedefrancois@gmail.com)  
07 69 95 49 12  
<http://fermedefrancois.canalblog.com/>

**Thomas, Hélène, Vianney  
François & Michèle**

... Mais que depuis 1976 François, le papa d'Hélène et Vianney était « aux commandes » d'une ferme qu'il a convertie en BIO dès 1996.

**INFO CONSO** : Les steacks hachés doivent être soit congelés, soit conservés entre 1° et 2° et consommés plus rapidement que les autres morceaux de viande. (Voir date sur l'emballage).  
Prudence nos réfrigérateurs de cuisine sont souvent aux alentours de 4°-5°.

### **ROTI DE VEAU ORLOFF** : cuisson au four (à dupliquer avec un rôti de porc !)

Morceau : rôti de veau +/- 1kg

- 6/8 tranches de raclette
- 6/8 tranches de bacon ou jambon cru
- 125 cl de crème fraîche
- 3 cuillères à soupe de moutarde à l'ancienne
- vin blanc

Sans les découper jusqu'au bout, trancher le rôti en 8/10 parts.

Dans chaque "fente" placer une tranche de fromage et de bacon. Dans un plat allant au four, déposer le rôti. Prévoir 15 minutes de cuisson par livre. (500gr)

Préparer une sauce avec le jus de cuisson, complété de moutarde et d'1/4 de verre de vin blanc. Ne pas faire bouillir. Saler poivrer. Arroser le rôti juste avant de servir. Accompagner de riz.

### **BOEUF MODE** : cuisson longue (3 h), à faire mijoter (dans de l'eau ou du vin rouge).

Morceaux : poitrine, collier, macreuse

- Lardons
- Oignons
- Carottes

Dans une cocotte, faire revenir avec un filet d'huile, oignons, lardons et les morceaux de viande passés dans la farine. Ajouter progressivement l'eau ou le vin et laisser mijoter à feu doux environ 2 heures. Au bout de 2 heures, ajouter les carottes coupées en rondelles. Laisser encore cuire 1 heure. La viande doit se défaire à la fourchette. Ne pas faire cuire à gros bouillons, les sucs de la viande se perdraient et la viande serait sèche.

Encore meilleur le lendemain, réchauffé !

### **DES IDEES POUR LE PORC :**

D'une manière générale, le porc se marie très bien avec les fruits : pommes, ananas, poires, pruneaux... sans ou oublier les traditionnels oignons et pommes de terre.

Pour éviter de dessécher la viande, en particulier les rôtis, privilégier la cuisson longue en cocotte.

Les boudins noirs se dégustent avec une compotée de pommes.

Les escalopes et côtes s'apprécient avec une poêlée d'ananas caramélisés, ou rôties au miel et curry.