

# Du **CHAMP** de Mars... *au de blé*

Septembre 2012 - n°9

**C'est l'automne. En quelques jours les températures ont chuté, le ciel s'est couvert et la pluie a fait sa rentrée. L'été –bref- nous a permis de récolter le travail de toute une année, les foins sont rentrés, les moissons stockées. Après 2 années difficiles, il ne devrait pas y avoir besoin d'acheter du fourrage pour finir l'hiver, c'est une bonne chose.**

Le moment est venu de tailler les haies et de préparer les sols pour les semis de céréales. Le troupeau profite encore de l'herbe des prés. Les veaux devraient bientôt être sevrés, afin que les mères puissent retrouver un cycle et de nouveau être prêtes à avoir un petit l'été prochain.

La pluie arrivée sans crier gare ne nous a pas laissé le temps de moissonner le sarrasin. Nous attendons quelques jours de soleil afin que les graines sèchent et puissent être moissonnées. Nous avons tout juste eu le temps de récolter les pommes de terre et semer les prairies.

La récolte puis le tri des pommes de terre s'effectuent à l'aide de machines. De part et d'autre du tapis roulant, nous retirons les toutes petites, les trop grosses, les difformes, les abîmées, celles qui ont des trous ou celles qui ont verdi. Nous nous appliquons à ne conserver que les belles pommes de terre, tout en songeant qu'aujourd'hui plus d'un milliard d'humains souffrent de la famine. Drôle d'époque.

Cette année, nous sommes confrontés à un nouveau problème : une partie du champ de pommes de terre a subi une attaque de taupin, petits vers qui se nourrissent de la chair des pommes de terre. Depuis 2 ans, une nouvelle espèce de taupin se développe, dont le cycle de reproduction est beaucoup plus bref qu'auparavant : impossible donc de stopper la contagion. Ces nouveaux parasites arrivent du sud, et colonisent progressivement nos sols qui se réchauffent. Même en agriculture conventionnelle, les traitements demeurent sans succès. Alors que faire ?

Depuis 3 ans, nous bénéficions de votre qualité de commerciaux, vous êtes d'excellents promoteurs de nos produits. MERCI. Merci aussi de jouer le jeu des livraisons groupées, c'est plus pratique, plus économique et plus convivial.

Nous vous donnons rendez-vous en janvier prochain, d'ici là bonnes dégustations !

**Michèle & François TOUCHET**  
**Thomas & Hélène MARTIN**

*Prochaine  
livraison :  
19 - 20  
janvier*

**EARL  
TOUCHET  
François**

Thomas et Hélène MARTIN  
EARL TOUCHET François  
[htmartin@hotmail.fr](mailto:htmartin@hotmail.fr)  
06 71 35 46 90  
[fermedefrancois.canalblog.com/](http://fermedefrancois.canalblog.com/)

*Retrouvez toutes ces  
recettes et bien d'autres  
sur notre blog !*

fermedefrancois.canalblog.com

**INFO CONSO** : Les steacks hachés doivent être soit congelés, soit conservés entre 1° et 3° et consommés plus rapidement que les autres morceaux de viande. (Voir date sur l'emballage)

**QUELLE CUISSON POUR QUELS MORCEAUX DE BOEUF?** Il existe 4 façons de faire cuire le bœuf :

- ✓ **Griller/poêler** : cuire à haute température sur grill ou dans une poêle, avec ou sans matière grasse, selon les habitudes et goûts de chacun.  
C'est le mode de cuisson des **steaks, entrecôtes, hachés...**
- ✓ **Braiser** : faire revenir avec du beurre, des condiments dans un faitout puis ajouter de l'eau et laisser cuire doucement (autrefois on laissait le faitout sur la braise= braiser) et longtemps – au moins 3 heures.  
C'est le mode de cuisson du **collier, de la macreuse, du jumeau, et du paleron pour des bourguignons, des daubes, des bœufs braisés...**
- ✓ **Bouillir** : couvrir d'eau et laisser cuire sur un feu moyen longtemps – entre 3 et 4 heures.  
C'est le mode de cuisson des **basses côtes, plat de côte, flanchet, de la queue, de la joue, de la poitrine**. Pour réussir un pot-au-feu, on mélange 3 types de morceaux : une maigre, une grasse et une gélatineuse. Tous ces morceaux peuvent ensuite être hachés pour faire de la bolognaise, du parmentier, des boulettes de viande...
- ✓ **Rôtir** : au four dans un plat, assaisonné d'huile d'olive, d'herbes de Provence. On compte environ 1h 1h30 de cuisson selon les goûts. (On compte ¼ d'heure pour 1 livre)  
C'est le mode de cuisson **des rôtis, côtes de bœuf, rumsteck, tende de tranche, gîte à la noix...**

**JARRET DE PORC AUX POMMES DE TERRE** : cuisson longue (2h) à faire mijoter.

Morceaux : Jarret (ou tout autre morceau de porc à cuisson longue : petit salé....)

- Beurre
- Champignons
- Oignon
- Pommes de terre

Dans une cocotte, faire fondre une grosse noix de beurre, y faire revenir un oignon puis ajouter le jarret. Faire dorer la viande puis ajouter progressivement un grand verre d'eau. Laisser cuire doucement environ 2 heures en ajoutant un peu d'eau de temps en temps, ainsi qu'une carotte coupée en rondelles pour parfumer, des champignons et des herbes de Provence. Ajouter en fin de cuisson des pommes de terre en gros dés, cuites à l'eau au préalable.