

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 engraisés à la  
ferme. 100% BIO

# Du **CHAMP** de Mars... *de blé*

Septembre 2020

n°25

... 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.



**1<sup>er</sup> mars 2020.** Nous quitions Paris lors de la dernière vente soulagés d'avoir mené à bien notre « expédition ». Le Salon de l'Agriculture fermait ses portes un jour plus tôt, quelques rares clients étaient déjà confinés, de retour d'Italie. Et les commandes de farine se multipliaient ...

**15 jours plus tard, la France se confinait** pour échapper au virus, tandis que nos vaches, veaux et cochons demandaient chaque jour le même soin. Les flux de circulations s'apaisaient, on entendait les oiseaux, mais toujours nos tracteurs ronronnaient. Comme pour tant de professions, pas de télétravail en agriculture. A contrario, la cadence s'est plutôt accélérée. Le moulin déjà bien sollicité nous a donné de la farine, nuit et jour. Le fidèle C8 fut remis au profit du camion ; les livraisons bi-mensuelles aux Biocoop et autres boutiques spécialisées sont devenues hebdomadaires. Bref, nous avons dû passer à la vitesse supérieure. Nous avons vécu cette période tiraillés entre la satisfaction de travailler davantage, et le crainte d'une rupture humaine ou matérielle. « Tant va la cruche à l'eau qu'à la fin elle se casse » nous chuchote l'histoire...

**Avec cette vente se referme** la longue parenthèse de sécheresse commencée depuis le printemps. Enfin, la pluie tombe. Certes, l'Anjou n'est pas la région la plus à plaindre, mais nos sols desséchés absorbent les belles pluies qui reverdissent la campagne. Pour le moment pas de flaques ni de crues, la terre se gonfle et se gorge. Car, l'été, fidèle à sa vocation, fut très chaud et sec, propice aux récoltes. Nos inquiétudes de l'hiver se sont partiellement apaisées et malgré des conditions de semis mauvaises, les silos sont pleins.

**Côté meunerie, c'est fait !** Le mois de mars était programmé pour ce chantier. Durant 3 semaines, scies, échelles, visseuse, peinture, se sont activées à vive allure pour que s'organisent planches, madriers, câbles et autres tuyauteries. Un nouveau local a vu le jour pour tout le travail de l'ensilage. Une peseuse nous soulage des mouvements moult fois répétés. Bref, le progrès est en marche !

**La BIO c'est la vie !** Au sens étymologique comme en pratique. A l'heure de la standardisation, de l'individualisme, du process, du « tout-contrôle », notre réalité est un peu différente. Bien que l'administration s'ingénie à nous contraindre et à nous faire entrer dans des cases, le vivant n'est pas une machine. Une vache moins lourde, une farine plus blanche, une pluie inattendue et tout bouge ! Il faut repenser le poids des colis de viande, rassurer le boulanger et s'équiper pour récolter les pommes de terre sous l'averse. Avec persévérance toujours, avec courage parfois, avec joie le plus souvent possible, le cœur de *La ferme de François* bat au rythme de la vie, qui parfois s'emballe !

Nous nous réjouissons d'accueillir un nouveau point de vente (que dis-je, une AMAP !) à Sceaux ! **Quant aux habitués nous leur adressons nos plus chaleureux remerciements pour leur fidélité.**

**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**

**INFO CONSO** : Les steacks hachés et les produits transformés doivent être soit congelés, soit 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° et non entre 0° et 2° comme indiqué sur les emballages.

### **BLANQUETTE DE VEAU** : cuisson longue (3h) à faire mijoter.

Morceaux : Poitrine, collier

- Beurre
- Champignons
- Oignon
- Carotte
- Une sauce béchamel épaisse

Dans une cocotte, faire fondre une grosse noix de beurre, y faire revenir un oignon. Passer les morceaux de blanquette dans la farine et les ajouter dans la cocotte. Faire dorer la viande puis ajouter progressivement un grand verre d'eau. Laisser cuire doucement environ 3 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. Dans une casserole à part, préparer une grosse béchamel que vous incorporerez à la sauce de la blanquette en fin de cuisson.

Servir avec du riz.

### **SAMOUSSEA** :

Morceaux : haché de boeuf

- Chou
- Champignon
- Oignons
- Carottes
- Epices/sauce soja
- Feuilles de Brick

Faire cuire à la vapeur les légumes finement émincés, puis les faire revenir à la poêle avec la viande, la sauce soja et les épices. Constituer des boulettes.

Garnir des demi-feuilles de brick avec cette préparation (en forme de triangle, cf sur les emballages), faire frire dans un filet d'huile. Servir avec du riz... et votre viande bio Française prend une saveur d'ailleurs....

### **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.