

# Du au CHAMP de Mars... de blé

Mai 2012 - n°8

**Bien loin des campagnes présidentielles et législatives, notre campagne (la vraie) a repris des couleurs de printemps. Le mois de mars estival nous a fait craindre le pire, mais... il a plu !**

Il a plu ! Que tous ceux et celles qui ont eu des vacances de Pâques sous un ciel gris pardonneront notre joie : « pluie d'avril emplit le fenil ». Nous voici rassurés. Les animaux devraient pouvoir profiter pleinement de l'herbe des prés.

Au-delà d'une amélioration des conditions de travail et du confort animal, cette démarche s'inscrit dans une dynamique écologique soutenue par le secteur agricole. Il s'agit en effet de mieux gérer les effluents d'élevages : le fumier produit était (et sera) utilisé comme engrais sur les prairies et cultures, et désormais les jus seront collectés et filtrés pour limiter encore plus les rejets d'azote. Nous tenons vraiment à ce que la ferme ait un fonctionnement propre et optimisé. L'objectif est de valoriser (et non pas d'exploiter) au mieux la terre qui nous est confiée.

Les échos de la crise arrivent jusque dans nos campagnes, les mesures, solutions, annonces envisagées sont certainement très louables, mais quid des questions vitales : comment nourrir la population, comment préserver sa santé, comment entretenir le tissu local qui fait la force d'un pays, comment soutenir son agriculture artisanale (et non pas archaïque !) qui en fait sa beauté ?

Vous savez désormais que fin avril correspond à la plantation des pommes de terre,

**Prochaine  
livraison :  
29-30  
septembre**

Nous venons de commencer la récolte de pommes de terre, le sarrasin devrait être moissonné dans quelques semaines et le sorgho ensilé d'ici 10 jours. Les travaux des champs continuent : nous préparons les sols pour les semis d'automne. Ainsi va le rythme des saisons...

En attendant la prochaine livraison, nous vous souhaitons de bonnes dégustations !

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

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 steaks 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)

### **POT-AU-FEU** : cuisson longue (4 à 5h), à bouillir.

Morceaux : plat de côte, jarret, jumeau

- Oignons piqués de 3 clous de girofle
- Navet
- Carottes
- Chou
- Poireaux
- Pommes de terre

Mettre les morceaux de viande dans un grand faitout, avec les oignons piqués de clous de girofle. Recouvrir largement le tout avec de l'eau, porter à ébullition et retirer l'écume. Maintenir à ébullition. Ajouter au bout de 2 heures les légumes etachever la cuisson. La viande est suffisamment cuite quand les morceaux se défont facilement à la fourchette. Pour faciliter la préparation de ce plat traditionnel, on peut fractionner la cuisson. La viande, très cuite, n'en sera que plus savoureuse.

Servir bien chaud, à accomoder avec du gros sel, de la vinaigrette ou de la moutarde. Le bouillon peut être consommé en soupe avec un peu de vermicelle.

### **HACHIS PARMENTIER** : ou comment utiliser la viande de pot-au-feu autrement !

Morceaux : Poitrine, collier

- Ail, échalote, persil, laurier
- Purée
- Fromage rapé

Faire cuire la viande comme pour un pot au feu. Oter les os. Hacher la viande avec une petite gousse d'ail, un peu d'échalote et du persil. Préparer par ailleurs une purée maison, avec des pommes de terre à chair tendre cuites à l'eau avec 1 feuille de laurier et une gousse d'ail. Ecraser la purée et l'arroser de lait afin qu'elle ne soit pas trop épaisse. Selon vos goûts, mélanger avec le hachis ou alterner les épaisseurs dans un plat à gratin, laisser dorer au four un quart d'heure.

Déguster avec une salade verte !

### **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.