



# LES POTINS DU POTAGER DES VARENNES

## Sommaire :

- Edito
- Contribution climat énergie
- Faire son désodorisant soi-même
- Le Mot du Producteur
- Le Tara largue les amarres
- Le Bio au menu des cantines
- Fiche de lecture
- La pêche de vigne
- Développer les circuits courts
- Recettes
- Sorties Loisirs en Bourgogne

## Contribution climat énergie

Le chef de l'Etat a confirmé que serait créée dans la loi de finances de 2010 la « contribution climat énergie » qui fait débat sous le couvert de « taxe carbone ». Cette contribution permettra, dit-on, d'inciter les concitoyens et les entreprises à réaliser des économies d'énergie qui bénéficieront à tous et contribueront à lutter contre le réchauffement climatique. Cette « taxe » dont le montant n'est pas encore arrêté (le premier ministre annonce 14 euros la tonne de CO2 alors que la commission préconisait un montant de 32 euros la tonne de CO2 !) doit se mettre en place progressivement et être entièrement compensée par la réduction d'autres prélèvements. Cette taxation résulte du Grenelle de l'Environnement. A suivre !

## Edito



Chers adhérents, chers abonnés,

Voici le numéro de rentrée du Potin des Varennes après un été mitigé. J'espère que vous avez pu malgré tout profiter de vos vacances et pris le temps de vous ressourcer ! Les légumes fournis cet été ont été appréciés de tous je pense, les tomates, les courgettes et les pêches de vigne ont fait le bonheur des petits et des grands.

Je tenais à vous remercier pour votre organisation au niveau des vacances, Gaby ne semble pas avoir souffert de paniers manquants ou préparés en trop ! Merci aussi à toutes celles et ceux qui ont assuré les permanences. Le tableau se remplit au fur et à mesure et pour l'instant tout le monde a répondu présent.

Nous sommes disponibles et à l'écoute pour toute remarque ou suggestion que vous pourriez nous transmettre.

N'hésitez pas non plus à envoyer des articles ou des dates de manifestation que nous pourrions ajouter au Potin.

Je profite de cet éditto pour lancer un appel aux personnes qui s'étaient portées volontaires à la dernière assemblée générale pour faire partie de la commission communication et à tous ceux qui ont envie ! Il serait bon de nous réunir afin de faire des projets pour cette année. L'AMAP a besoin de vivre et seules des rencontres peuvent permettre à tous de se connaître.

A bientôt,

Isabelle

Pour information, la Suède pratique cette taxation depuis plus de 10 ans ; elle s'élève actuellement à 100 euros, soit le montant qui devrait entrer en vigueur en France en 2030 ...

«Plusieurs pays comme la Suisse, la Norvège, le Danemark, le Royaume Uni pratiquent déjà une taxe carbone » souligne Philippe Quirion. Mais avec beaucoup de restrictions et des taux assez faibles. La Suède a démarré très tôt dans les années 1990 et de façon progressive. C'est aujourd'hui l'un des pays européens dont les émissions de CO2 sont parmi les plus faibles d'Europe. En effet, la mise en place de cette taxe en Suède, est passée de 27 à 108 euros la tonne de CO2 émise pour les foyers et elle ne dépasse pas 23 euros la tonne pour les entreprises. Les rejets de gaz à effet de serre ont été réduits de 9 %.»

Pour en savoir plus; lire le rapport du Cired : Economie d'une fiscalité carbone en France.

## Faire son désodorisant soi-même



### Ingrédients :

3 c à café de poudre d'écorce de citron bio, 3 c à café de poudre d'écorce d'orange bio, 1 bâton de cannelle, 3 clous de girofle, 25cl d'eau, 1 flacon à spray de 30 cl

Dans une casserole, faire bouillir 25cl d'eau. Pendant l'ébullition, ajouter la poudre d'écorce de citron et la poudre d'écorce d'orange.

Déposer le bâton de cannelle et les clous de girofle.

Laisser bouillir pendant une minute avant de retirer la cannelle et les clous de girofle.

Dès que la préparation est froide, verser dans le flacon à spray.

Pulvériser dans toutes les pièces de la maison aussi souvent que nécessaire.

## Le Mot du Producteur



Le développement durable est souvent d'actualités dans les discours et les médias. Mais quelles actions chacun de nous met-il en pratique pour réduire notre empreinte écologique ? Déjà, vous, abonnés –e- et adhérents –e-, par votre démarche d'achat direct à la Ferme des Varennes ou de soutien au mouvement AMAP, vous participez à une action militante envers l'environnement. J'imagine que la plupart d'entre vous mène d'autres actions, qui, d'ailleurs, pourraient faire l'objet d'un témoignage dans notre Potin.

Moi, de mon côté, par le choix d'appliquer les pratiques de la bio pour vous fournir en fruits et légumes, j'essaie aussi de préserver mon outil de travail que sont la nature et la terre des dégâts que peut engendrer une production débridée.

Pour aller plus loin, depuis 2006, j'expérimente les toilettes sèches et j'en ai définitivement installé à la ferme pour mon usage et celui des visiteurs. Cette année, deux autres actions ont été mises en place. Premièrement, j'ai



installé 3 cuves de 1000 litres pour récupérer l'eau de pluie du toit de mon hangar. Si bien que cette année, l'arrosage des serres s'est uniquement fait avec de l'eau de pluie et l'eau de nettoyage du matériel d'élevage des lapins. C'est contraignant

car je dois transférer l'eau entre les différentes cuves et pour cette fois, arroser à la main mais je crois en ce genre de geste responsable pour agir dans le bon sens.

### Le Tara largue les amarres ...

L'expédition Tara est partie le 5 septembre pour un périple de 3 ans pour une aventure scientifique qui mobilise une centaine de chercheurs du monde entier. L'objectif de la mission est de prélever un maximum de micro organismes dans toutes les mers du globe et d'étudier les conséquences du réchauffement climatique sur ces êtres vivants ; zooplancton, phytoplancton et protistes (organismes ni végétaux ni animaux). Les possibilités pour la recherche, dit le Pr Eric Karsenti, Directeur de l'expédition, sont quasi infinies : alors que les micro-organismes sont à l'origine de la vie sur terre et représentent 98% de la biomasse, à peine 10% sont connus des scientifiques. Pour plus d'infos : <http://oceans.taraexpeditins.org>.



Source : Charlotte Mannevy, 20 minutes du 4.09.09

La deuxième action est le passage à la traction animale pour le travail des terres. Grâce à vous, puisque l'association participe à l'investissement, et à Annick Massu qui m'a aussi aidé à finaliser ce projet, deux juments boulonnaises : Histoire et Irina, sont arrivées à la ferme le 30 juillet. Il y a déjà des anecdotes au sujet de ces nouvelles aides. Depuis, elles ont déjà fait preuve de leurs forces et de leurs compétences puisqu'elles ont tiré la charrue et les herses pour préparer la parcelle de semis d'automne (épinards, radis noirs, navets et mâche).

Sinon, cette année, je m'efforce de diminuer l'usage de mes véhicules à moteur. C'est ainsi que, régulièrement, on me voit déambuler dans le village à pied, avec mon vélo de facteur chargé de quelques 20 à 30kg de légumes ou avec ma charrette.

Après ces deux mois d'été et de vacances, je vous souhaite une bonne reprise et une bonne rentrée pour vos enfants scolarisés et à bientôt dans le prochain Potin.

**Gabriel.**

Voici Histoire et Irina



### Le bio au menu des cantines

Les cantines scolaires se mettent à la page. Ainsi en 2006, 46% des cantines scolaires ont intégré ponctuellement des produits bio dans leurs menus. Dans le cadre du Grenelle de l'Environnement, le gouvernement s'est en effet engagé à ce que les menus des cantines proposent au moins 20% d'aliments bio d'ici à 2012. Aujourd'hui, la part du bio dans l'ensemble de la restauration scolaire ne représente que 0.5%. Passer à une cantine bio reste un défi difficile à relever car le nombre de producteurs écolo en France est encore trop réduit.



Source : direct-soir du 2.09.09 et 20 minutes du 4.09.09

## FICHE DE LECTURE

Connaissez-vous la revue trimestrielle XXI ? Non, ce n'est pas étonnant puisqu'elle existe depuis à peine plus d'un an et n'est disponible que par abonnement ou en librairie et non en kiosque. Pour commencer, on est surpris par l'objet car cette édition est pratiquement dans un format bande dessinée et ressemble plus à un livre qu'à une revue. Ensuite le contenu est aussi déroutant, puisqu'il n'y a pas vraiment de journalistes pour écrire les articles ni de ligne éditoriale qui colle à l'actualité comme la plupart de nos journaux ou hebdomadaires voire les mensuels. En fait seul en début d'ouvrage il y a quelques documents qui traitent de l'info mais sans faire du sensationnel ni du people et le reste concerne des reportages. D'ailleurs cela pourrait ressembler à des documentaires télévisés sauf que c'est écrit par des auteurs pas forcément connus et que les textes sont tous accompagnés d'illustrations assez bien imagées. Pour terminer, le reportage est sous forme de BD et à chaque fin de numéro, tous les auteurs et illustrateurs sont présentés. Le dernier point très sympa consiste à trouver à la chaque fin de reportage une bibliographie et plusieurs possibilités d'approfondir le sujet que vous venez de lire si vous le souhaitez. C'est mon ami Jacques « le blogueur » qui m'a fait découvrir ce document que je trouve vraiment bien réalisé et, apparemment vu le courrier des lecteurs que la revue met en début d'ouvrage, je ne suis pas le seul à être accro. Ah dernier point, ce joyau de littérature vous coûtera au numéro et en librairie 15 €. La bonne idée c'est de se partager à plusieurs le coût et de se prêter ce beau livre.

Gaby

## Développer les circuits courts

Michel Barnier, alors Ministre de l'Agriculture, a annoncé le 14 avril dernier, à la rencontre d'agriculteurs et de consommateurs AMAPIENS, un plan d'actions pour favoriser le développement des circuits courts des produits agricoles. Ce plan s'appuie sur les conclusions d'un groupe de travail mis en place dans le prolongement des Assises de l'agriculture et du Grenelle de l'Environnement et répond à la volonté de développer la part des produits de saison et de proximité dans les achats alimentaires dans le double intérêt des consommateurs et des agriculteurs. Comportant 14 mesures, il se décline en 4 axes :

- Améliorer les connaissances sur les circuits courts et les diffuser,
- Adapter la formation des agriculteurs de la production à la vente,
- Favoriser l'installation d'agriculteurs en circuits courts
- Mieux organiser les circuits courts

Ces mesures seront déclinées au niveau régional dans le cadre des plans que doivent élaborer pour la fin 2009 les Directions régionales de l'alimentation, de l'agriculture et de la forêt. Un comité de suivi sera chargé de la mise en œuvre des mesures.

« Les circuits courts qui recréent un lien entre les consommateurs et les agriculteurs contribuent au développement d'une agriculture durable et d'une consommation responsable ; ils recèlent un potentiel de développement important permettant de mieux valoriser les productions, de créer des emplois et de mettre en place une nouvelle « gouvernance alimentaire » conclut Michel BARNIER.

Source : Biobourgogne.fr 4.09.09

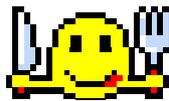
## LA PECHE DE VIGNE



La pêche est originaire de Chine. Le fruit est passé en Perse puis en Europe à travers l'Asie pendant la préhistoire, probablement 2000 ans av. JC. Le nom scientifique *Prunus Persica* vient du fait qu'Alexandre le Grand lui donna son nom européen. La pêche était le fruit préféré de Louis XIV qui en fit cultiver 33 variétés dans son jardin fruitier à Versailles, La Quintinie. Le nom de « pêche de vigne » vient du fait que l'arbre fruitier est planté dans une vigne.

La valeur nutritive de la pêche crue est pour 100 g : 88.87 g d'eau, 1.5g de fibre, 39kcal, 9.54 g de glucides, 8.39g de sucres simples, 0.91g de protéines et 0.25g de lipides. La pêche est riche en oligoéléments : 190mg de potassium, 20mg de phosphore, 9mg de magnésium, 6mg de calcium, 250µg de fer, 68µg de cuivre et 17µg de zinc .

## Recettes



Bon Appétit !

## LAPIN AUX PECHEES (\*)

Pour 6 personnes  
Préparation 30 mn,  
cuisson : 1 h  
Ne prendre que les bons morceaux : cuisses, pattes avant, râble, pattes arrière  
1 oignon rouge, 1 c à soupe d'huile d'olive  
6 pêches jaunes, 1 c à soupe de miel de romarin, 1 c à soupe de vinaigre de vin, 20cl de vin blanc, 1 petit bouquet de ciboulette, sel poivre



Peler et émincer l'oignon. Faire chauffer l'huile dans une cocotte, ajouter les oignons puis les pièces de lapin. Les faire dorer sur les 2 faces, saler et poivrer. Déglacer avec le vin blanc, ajouter un verre d'eau, couvrir et faire cuire 45 mn à feu doux. Eplucher les pêches, les couper en 2, retirer les noyaux et les découper en quartiers. Après 45 mn de cuisson, ajouter les pêches et le miel dans la sauce, saler, poivrer et poursuivre la cuisson 15 mn à feu vif. Laver, sécher et ciseler la ciboulette. Répartir les pièces de lapin dans les assiettes avec les pêches, verser la sauce avec les oignons et décorer de ciboulette. Servir avec un riz blanc.

(\*) disponible à la Ferme des Varennes

## TIRAMISU AUX PECHEES



Pour 6 personnes - préparation : 30 mn, laisser reposer 2h au minimum au réfrigérateur.

250 g de mascarpone (que vous pouvez remplacer par 6 petits suisses 0, 20 ou 40%)  
3 œufs, 75g de sucre glace, 3 c à soupe de crème de pêche, 1 sachet de sucre vanillé, 10cl de jus d'orange, 2 sachets de 6 boudoirs ou de 6 biscuits cuillère

Séparer les blancs des jaunes des œufs, Fouetter les jaunes avec le sucre et le sucre vanillé jusqu'à blanchiment, ajouter le mascarpone ou les petits suisses un à un jusqu'à obtenir une préparation homogène

Battre les œufs en neige ferme (mettre un peu de sel pour les faire monter) puis avant de terminer, un peu de sucre glace.

Incorporer doucement progressivement les œufs en neige à la préparation comme pour une mousse SANS les casser.

Couper les pêches en dés, couper les biscuits en deux. Les imbiber un à un dans le mélange jus d'orange/crème de pêche ; (conserver la moitié de la crème de pêche). Installer un biscuit imbibé dans chaque verre (à cocktail ou flûte), une c à café de crème de pêche, une c. à soupe de pêche, une c. à soupe de préparation puis recommencer en terminant par la crème. Décorer au moment de servir avec une feuille de menthe fraîche.



*IDEES DE SORTIES—LOISIRS en Bourgogne*

***BONNE LECTURE—VISITES***

**Du 16 septembre au 10 octobre : 17<sup>ème</sup> Coup de Contes en Côte d'Or** : une dizaine de conteurs pour des soirées contées public adultes et jeunes à partir de 12 ans dans une trentaine de communes de Côte d'Or. Une balade contée dans Ruffey les Beauges le dimanche 20 septembre après midi avec 3 conteurs pour les Journées du Patrimoine. Programme gratuit. Tel. 03 80 72 43 52

**Du 24 au 27 septembre : 7<sup>ème</sup> Festival International de Musique Mécanique de Dijon** : le plus important Festival d'Europe avec la présence de près de 200 orgues de barbarie, limonaires ou orgues de foire dans les rues. Nombreux spectacles et animations musicales dans plusieurs endroits de la ville. Tous les jours de 10h à 19h. Tel : 03 80 73 47 40—Gratuit

**Livres en Vignes**

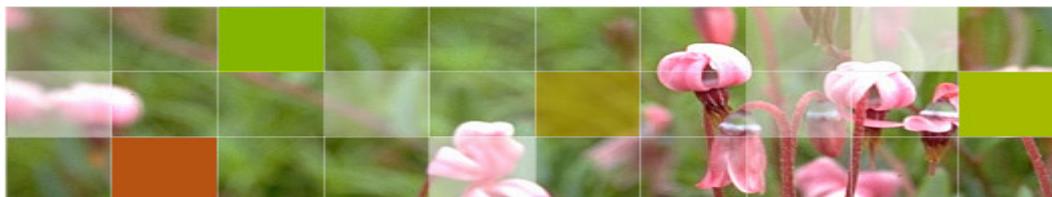


**Du 26 au 27 septembre**

Livres en Vignes est la 2<sup>ème</sup> édition de la **première fête du livre** organisée au cœur du vignoble bourguignon. Elle aura lieu au Château du Clos de Vougeot, haut lieu historique de la Bourgogne. Consacrée à la littérature générale et à celle du vin, de la vigne et de l'art de vivre en Bourgogne, cette manifestation de prestige s'adresse à un large public. Elle rassemblera des auteurs des plus grandes maisons d'édition française et des éditeurs régionaux. Dédicaces, animations permanentes, conférences et exposition inédite de manuscrits anciens et d'objets du vin. Entrée gratuite.

**Du 15 au 18 octobre**

**Les rencontres cinématographiques de Dijon** : projection de longs métrages en avant premières et de courts métrages, animations, débats, expositions ... Invitations gratuites. Cinémas et sites divers. Tel. : 03 80 74 51 51



***PROCHAINS POTINS : DECEMBRE 2009***