

Du **CHAMP** de Mars... au **de blé**

Janvier 2015 - n°14

Le 29 décembre, nous avons mangé nos dernières tomates du potager. Le 1^{er} janvier il faisait -8°, la nature s'était magnifiquement drapée d'un blanc manteau. Le 2 il n'en restait plus rien. 14 janvier : les jonquilles fleurissent et les enfants cueillent des pâquerettes. La nature est toute déboussolée... Quelques rares jours de gel, une douceur quasi printanière. La terre est sèche. Quel drôle d'hiver ! L'an 2015 a pourtant commencé. Avec un florilège de nouvelles réglementations pour le monde agricole, un certain nombre de questions pour nous, et nos vœux les meilleurs, pour vous !

«**Les étiquettes perdent la tête** » - 2015 s'annonce bien fade pour qui apprécie la gastronomie et les bons produits. Les étiquettes et emballages s'appauvrissent autant que la saveur véritable des aliments qu'ils contiennent. Depuis le 13 décembre, au supermarché, le consommateur n'achète plus de la hampe, de l'onglet ou de la bavette mais du « steak *** à griller ». Et pourquoi pas de la viande tout court ? Est-ce donc si dérangent d'utiliser un vocabulaire précis et d'appeler un chat un chat ? Le consommateur n'est-il pas en droit de connaître précisément ce qu'on lui vend ? Toujours est-il qu'en achetant notre viande, d'une part vous connaissez le nom du morceau que vous allez cuisiner, d'autre part vous êtes certains de la provenance de votre produit. Vous savez que nos animaux sont certifiés bio. Vous êtes également assurés que nos animaux sont exclusivement nourris d'herbe, de foin et de céréales produites sur la ferme. Bref, un consommateur averti en vaut 2, n'hésitez plus, interrogez vos étiquettes, n'acceptez dans vos assiettes que ce que vous avez librement choisi d'y mettre !

approche. 2015 sera une année charnière pour la ferme, pour nous. Comment pérenniser une structure qui exige le travail à temps plein de 2 hommes ? Mais qui ne garantit pas suffisamment de sécurité pour prendre un salarié ? Les risques personnels et professionnels sont énormes. Les charges et contraintes sont trop lourdes, dans le monde agricole comme ailleurs. A nous de trouver la bonne solution... mécaniser, restructurer, réorganiser, à moindre coût et efficacement, allègera sans doute un peu la charge. Il ne faut pas qu'elle nous écrase...

« **Est-ce que le bio est cher ?** » S'il permet à des familles de vivre décemment, s'il laisse espérer qu'il est facteur de bonne santé, s'il est associé à la notion de circuit court et de proximité. Alors non, le bio n'est pas plus cher que les produits de marques qui importent à tour de bras, exploitent des petits paysans au bout du monde, et transforment à coup d'additifs et de conservateurs, de colorants et de parfums leurs marchandises. Halte au faux vrai, bourré d'antioxydant, de graisses et de sucres. Soyons à la recherche, du Vrai, du Bon et pourquoi pas du Bio !

Pour cette année nouvelle, c'est bien ce que nous vous souhaitons,

« **Année charnière** » - L'heure du départ à la retraite pour François

**EARL
TOUCHET
François**

Thomas et Hélène MARTIN
EARL TOUCHET François
htmartin@hotmail.fr
06 71 35 46 90
fermedefrancois.canalblog.com/

fermedefrancois.canalblog.com

RAPPEL POUR CONSERVER LA VIANDE:

comme indiqué sur l'emballage,

la viande doit être conservée au réfrigérateur entre 0 et 2 °.

Prudence, nos chers frigos sont plus souvent à 5° / 6° qu'à 2° !!

PÂTÉ DE CAMPAGNE : cuisson au four : 2h au bain-marie.

Morceaux : pochette de 500gr environ de « pâté prêt à cuire » (gras, gorge et foie de porc)

- 1 gousse d'échalote
- 1 bel oignon
- 3 branches de persil
- 1 branche de thym
- 1 feuille de laurier
- 1c à soupe de cognac
- 2 ou 3 croûtons de pain rassis
- 1 œuf
- Sel et poivre

L'objectif est de mélanger parfaitement l'ensemble des ingrédients. A chacun sa méthode, selon l'équipement dont on dispose.

Broyer le persil, le laurier et le thym avec les croûtons de pain pour obtenir une poudre grossière. Réserver dans un bol. Hacher l'oignon et l'échalote. Réserver dans un bol. Battre l'œuf en omelette.

Dans un grand saladier (ou dans le bol de votre robot) mélanger d'abord la viande avec l'œuf, puis le mélange oignon échalote et enfin les herbes. Ajouter en dernier lieu une cuillère de cognac.

Mélanger/malaxer assez longuement afin d'obtenir une pâte homogène. Verser dans une terrine (ou un moule en alu) ; pour une jolie finition, il est possible de mettre une crépine de porc sur le dessus, ou bien une feuille de laurier.

Faire cuire AU BAIN MARIE, au four, 2 bonnes heures à 160°. La terrine doit être cuite à cœur. Consommer une fois refroidi.

PAIN BRIOCHÉ :

- ½ cube de levure boulangère fraîche (ou un sachet de levure briochin)
- 280 gr d'eau
- 40 gr de sucre
- 600 gr de farine
- 5 gr de sel
- 2 jaunes d'œuf

Délayer dans l'eau tiédie le sucre et la levure. Ajouter progressivement la farine, le sel, 1 jaune d'œuf et pétrir.

Laisser reposer la pâte 20 minutes dans un endroit tiède, couverte d'un torchon. Elle doit doubler de volume.

Au bout de 20 minutes, déposer la pâte dans un moule, dorer le dessus avec le second jaune d'œuf. Laisser reposer de nouveau 20 minutes. Préchauffer le four à 220°.

Enfourner, entre 6 et 10 minutes à 220° puis 15 minutes à 160°.

A consommer tartiné de rillettes de sardines ou de thon, ou tout simplement avec beurre et confitures pour le goûter des enfants !