



Vous faites partie de ceux qui ont osé nous faire confiance en commandant des produits de la ferme et nous vous en remercions. Voici maintenant un an et demi que nous avons quitté Paris, la Tour Eiffel, le métro, nos jobs... Après avoir suivi une formation agricole l'an passé, la phase d'apprentissage continue cette année sur la ferme familiale.

La ferme est installée en Anjou, à Brain sur l'Authion, depuis 1976. Aujourd'hui, Thomas s'associe avec son beau-père François pour continuer cette belle et rude aventure : produire et commercialiser sous le label Agriculture Biologique de la viande de race Limousine, de la farine et des pommes de terre.

Grâce à la diversité de ses sols, et dans une logique de durabilité économique et écologique, la ferme fonctionne en système autonome : le troupeau produit les matières organiques nécessaires à la culture des céréales, qui elles-mêmes assurent, avec le pâturage, l'alimentation des animaux.

En ces temps d'hiver, tous les animaux sont à l'étable et demandent matin et soir une attention particulière. A chaque catégorie de bêtes son régime, en fonction de leur âge et de l'avenir que nous leur réservons : engraissement ou reproduction. Les veaux de boucherie sont essentiellement nourris au lait

de leur mère (et non au lait en poudre reconstitué) avec quelques céréales. L'hiver rigoureux nous impose en ce moment une surveillance accrue du troupeau. La baisse des températures fait régulièrement geler les canalisations d'eau... Le blé et le grand épeautre sont déjà semés, la plantation de pommes de terre attendra avril et le semis de sarrasin sera fait en mai.

Nous nous efforçons de vous offrir des produits de qualité à un prix juste, permettant d'assurer un revenu pour deux familles. Pratiquée depuis 1998, la vente directe est un gage de sécurité économique que nous souhaitons développer. La réussite de cette première livraison en région parisienne nous conforte dans notre projet de venir à votre rencontre une fois par trimestre.

En espérant que vous saurez apprécier la saveur de nos produits, nous vous souhaitons de belles dégustations !

Thomas & Hélène MARTIN



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



*Prochaine
livraison :*

Samedi 1er mai

Dimanche 2 mai

BEUF BOURGUIGNON : cuisson longue (3 h), à faire mijoter (dans de l'eau ou du vin rouge).

Morceaux : poitrine, collier,
macreuse

- Lardons
- Oignons
- Carottes

Dans une cocotte, faire revenir avec un filet d'huile, oignons, lardons et les morceaux de viande passés dans la farine. Ajouter progressivement l'eau ou le vin et laisser mijoter à feu doux environ 2 heures. Au bout de 2 heures, ajouter les carottes coupées en rondelles. Laisser encore cuire 1 heure.

A servir avec des tagliatelles ou du riz par exemple.

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 et achever 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 accommoder avec du gros sel, de la vinaigrette ou de la moutarde. Le bouillon peut être consommé en soupe avec un peu de vermicelle.

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.

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)

Nos pommes de terre n'ont pas reçu d'anti-germe, pour les apprécier plus longtemps, conservez-les au frais et dans le noir.