



Distribution du 22 février 2018

1 - Composition du panier

Carottes Poireaux oignons Pommes de terre Côtes de bettes

Le gel a abîmé plusieurs cultures sous serre et les choux restés dans les champs. Le chantier plantations est quasiment terminé, il reste les portes des serres à réparer suite au vent violent.

2 – la recette de la semaine

Lasagne d'hiver aux blettes et poireaux sans béchamel

Ingrédients :

Pour la pâte fait maison

2 œufs, 200 grammes de farine T80

Pour la farce

700 grammes de blettes, 3 grands poireaux, 2 oignons rouges, 2 gousses d'ail, 250 grammes de mozzarella, 100 grammes de parmesan, sel, poivre du moulin, huile d'olive vierge extra.

Préparation :

Préparer la pâte à l'avance. Prendre la farine, la mettre sur le plan de travail et faire un puits au milieu. Casser les œufs dedans, travailler d'abord à la fourchette et après à la main, jusqu'à obtenir une boule homogène et élastique. Laisser reposer une vingtaine de minutes en couvrant avec un bol. Avec la machine à pâte (ou le rouleau à pâtisserie) obtenir des lanières d'environ 10 centimètres d'hauteur. Si vous les faites à la machine arrivez jusqu'au avant dernier trou. Laisser sécher. Allumer le four 180°. Faire blanchir les blettes coupées en petits morceaux pendant 4 minutes dans de l'eau légèrement salée. Quand elles sont prêtes les égoutter bien et les passer dans une poêle avec une goutte d'huile et l'ail haché pendant cinq minutes. Régler sel et poivre et réserver.

Couper les poireaux en deux dans le sens de la longueur jusqu'à très haut dans le vert (moi je n'ai presque rien jeté, juste quelques centimètres des bouts) et les couper avec la mandoline assez fins (3 millimètres). Les mettre ensuite dans une poêle avec un filet d'huile d'olive pendant une dizaine de minutes. Régler le sel et le poivre et réserver.

Couper la mozzarella en tranches très fines. Cuire, dans abondante eau salée, les lanières de pâtes, chacune pendant deux minutes. Les égoutter et commencer à composer la lasagne.

Huiler partout un plat allant au four. Mettre une première couche de pâte, couvrir avec les blettes, mettre quelques tranches de mozzarella et parsemer de parmesan. Refaire une couche de pâte, recouvrir avec les poireaux, encore des tranches de mozzarella, parsemer abondamment de parmesan, ajouter un filet d'huile d'olive, mettre au four pendant environ 25 minutes.

Laisser reposer cinq minutes à la sortie du four et servir aussitôt.

3 - Actualité

L'AGRICULTURE BIOLOGIQUE EN PLEIN ESSOR

Publié le 22 février 2018 à 16:31 Marie Bascoulergue

Le bio séduit de plus en plus en France, notamment chez les agriculteurs, où leur nombre a augmenté de 13,6% en un an. En 2017, ils étaient ainsi 36 664.

Le bio a le vent en poupe. Depuis plusieurs années, les consommateurs achètent de plus en plus de produits issus de l'agriculture biologique. En 2017, plus de neuf Français sur dix ont consommé du bio au cours de l'année. Parmi eux, près des 3/4 mangent bio au moins une fois par mois (contre 49% entre 2013) et 16% tous les jours. Mieux encore, plus d'un quart des personnes interrogées a l'intention d'augmenter leur consommation de bio. C'est ce que révèle le baromètre de consommation et de perception des produits biologiques en France Agence Bio/CSA Reseach, dévoilé ce jeudi 22 février. Parmi les aliments les plus consommés, les fruits et légumes (81% des sondés), les produits laitiers (71%) ainsi que les produits vendus en épicerie, comme les pâtes, le riz, ou encore l'huile.

Si de plus en plus de consommateurs se tournent vers l'alimentation bio, ce n'est pas un hasard. Une immense majorité des personnes interrogées (91%) sont d'accord pour dire que l'agriculture biologique contribue à préserver l'environnement, la qualité des sols ainsi que les ressources en eau. Quant aux produits issus de cette filière, ils sont perçus comme meilleurs pour la santé (89% des sondés), plus naturels (88%) et possédant d'excellente qualité nutritionnelle (81%). Les Français font d'ailleurs de plus en plus confiance dans les produits bio et 85% estiment qu'il est important de développer l'agriculture biologique. Chose que les agriculteurs ont bien compris. En 2017, ils étaient 36 664, ce qui représente une progression de 13,6% par rapport à 2016. Au total, 1,77 million d'hectares sont cultivés en bio, soit 6,5% de la surface totale agricole utile (SAU) du pays (+15% en un an). Selon le directeur l'Agence Bio Florent Guhl, le secteur de l'agriculture bio connaît une "croissance très forte" depuis 2014.

De plus en plus d'agriculteurs se convertissent au bio

Cependant, des disparités régionales existent et deux tendances ont été observées. Les principales régions bio, à savoir l'Occitanie, l'Auvergne-Rhône-Alpes et la Nouvelle-Aquitaine, poursuivent leur développement dans ce secteur. En l'espace d'un an, le nombre de producteurs a respectivement augmenté de 13%, 12,7% et 13,1%. À elles trois, ces régions regroupent près de la moitié du nombre de producteurs engagés (Occitanie : 8 156, Auvergne-Rhône-Alpes : 5 375, Nouvelle Aquitaine : 5316). Paradoxalement, c'est dans les régions comportant le moins d'agriculteurs bio que la progression a été la plus forte, à l'instar des Hauts-de-France (+23,3%), de la Corse (+21,5%), de l'Île-de-France (+23,4%) et de l'Outre-Mer (+22,1%), notamment à la Réunion et en Guadeloupe. Chacune de ces régions possède moins de 1 000 producteurs bio. La progression la plus faible a été enregistrée dans le Centre-Val de Loire avec seulement une hausse 10,6%.

Pour Gérard Michaud, président de l'Agence Bio, plusieurs raisons expliquent cette hausse du nombre d'agriculteurs bio. Tout d'abord, il y a "l'opportunité du bio". Autrement dit, cette envie de profiter de ce secteur afin d'avoir une meilleure situation. "Cela s'apparente plus à une vision d'avenir", indique le président. Ce dernier explique que beaucoup d'agriculteurs veulent également "mieux coller à la société d'aujourd'hui" et donc être "raccord" puisque de plus en plus de consommateurs plébiscitent les produits bio. "Il y a également cette envie de : "si mon voisin a réussi, pourquoi pas moi", ajoute Gérard Michaud. Une dernière raison, plus inattendue, viendrait expliquer l'envie des agriculteurs à se convertir au bio : leur femme. Selon lui, "les femmes aident souvent leur mari à passer au bio car elles sont plus sensibles à ce qu'elles et leur famille mangent, ainsi qu'au monde de demain".

"Toutes les filières progressent"

Lorsque les agriculteurs se convertissent au bio, ils privilégient certains types de productions. En 2017, même si "toutes les filières progressent", certaines s'en sortent plus que d'autres. L'an dernier, le nombre de producteurs de PPAM (Plantes à Parfum, Aromatiques et Médicinales), de volailles et lapins, de surfaces fourragères, ainsi que dans l'aquaculture a augmenté de plus de 20%. En revanche, la production d'ovins a séduit dans une moindre mesure (+8,8%). Les producteurs de légumes, de grandes surfaces et de vin restent malgré tout les plus nombreux. Ils sont respectivement 5 222, 5 182 et 5 074. La viticulture s'est d'ailleurs fortement étendue en Occitanie, en Nouvelle-Aquitaine, en Provence-Alpes-Côte d'Azur et dans le Grand Est avec 650 nouveaux viticulteurs bio en 2017. "On n'attendait pas forcément autant, étant donnée la difficulté", a commenté Florent Guhl.

Le nombre d'entreprises de transformation et de distribution a lui aussi fortement augmenté. En 2017, elles étaient 17 276, dont 4 752 distributeurs (+15,5%) et 12 238 transformateurs (+18%), soit une progression de 16% par rapport à 2016. Selon l'Agence Bio, "une telle augmentation ne s'était pas produite depuis 2011" et "ce dynamisme s'inscrit de pair avec l'augmentation de la fréquence d'achat des produits et le développement du marché". C'est en Île-de-France que le dynamisme a été le plus fort avec 357 nouveaux transformateurs et 101 nouveaux distributeurs en 2017. Au total, il y en avait respectivement 1348 et 689. La région rattrape ainsi son retard sur l'Occitanie (1737 transformateurs, 628 distributeurs) et l'Auvergne-Rhône-Alpes (1494 transformateurs, 630 distributeurs).