

## LE CHANVRE AGRICOLE

Le **chanvre agricole** côtoie l'Homme depuis le néolithique : ce fut l'une des **plantes les plus utilisée** dans la vie courante. Sa culture (très réglementée) fut au 20<sup>ème</sup> siècle en perte de vitesse mais depuis plusieurs années la filière chanvre trouve un regain d'intérêt grâce à la prise de conscience en faveur de l'environnement.

Le chanvre agricole est l'une des plantes ayant le plus d'**applications : plus de 25 000** ! Nous le trouvons dans le papier (billets de banque..), dans la cuisine (huile, bière, farine, sirop...), dans les cosmétiques (pour les peaux très sèches), pour les animaux ( les graines pour oiseaux ou encore appâts pour poissons et litière), dans l'activité textile, cordes et voiles de bateaux (comme les bateaux de Christophe Colomb), plastique végétale, peintures, vernis...et bien entendu en écoconstruction.

En écoconstruction, nous utilisons surtout la **chênevotte** (qui est la partie centrale de la tige) ainsi que la **laine de chanvre** (ce qui entoure la tige).

La chènevotte est utilisée dans la fabrication de dalles en béton de chanvre (mélange de chaux et de chènevotte), de briques, de banchage pour ossature bois, isolation des combles. Ses principaux intérêts sont ses fortes **capacités thermiques et phoniques**. La laine de chanvre est également un **très bon isolant** et concurrence les laines minérales (laine de verre et amiante) nocives pour la santé.

A la ferme du Roucheux, nous utilisons le chanvre sur les chantiers. **Nous cultivons le chanvre** pour en extraire la laine de chanvre et la chènevotte mais également la chènevis ( la graine) pour en faire de l'huile que nous vous avons proposé en 2008. Malheureusement, les conditions climatiques de 2008 n'ont pas été favorables et nous n'aurons pas d'huile de chanvre de la ferme à vous proposer cette année !

RAPPEL : REGARDER BIEN VOS ETIQUETTES SUR VOS PANIERS VOUS INFORMANT DU SOLDE DE VOTRE COMPTE  
UN SOLDE A 0 NE SIGNIFIE PAS SUSPENSION AUTOMATIQUE DES LIVRAISONS.  
TOUT PANIER LIVRE SERA DÙ.  
LES JARDINS DE CONTRAT Roucheux 37530 MONTREUIL EN TOURAINE  
Tél. : 02.47.30.05.56  
Site Internet : [www.jardinsdecontrat.fr](http://www.jardinsdecontrat.fr) eMail : [infos@jardinsdecontrat.fr](mailto:infos@jardinsdecontrat.fr)



# Feuille de Chou 319



COMMISSION EUROPÉENNE  
Fonds social européen



RESEAU COCAGNE

## Semaine

# 9



## CONTENU DU PANIER

POMME DE TERRE «Ditta »

POIREAU

CAROTTE

TOPINAMBOUR

SALADE (Batavia ou Laitue ou les 2 !!!)

### SUSPENSION PRINTANIERE DES PANIERS LES SEMAINES 15 ET 18

(du 6 avril au 12 avril et  
du 27 avril au 3 mai)

**Nous ne confectionnerons ni livrerons de paniers durant ces 2 semaines comme prévu dans l'abonnement annuel.**

*L'abonnement annuel prévoit 48 paniers à l'année, soit 2 semaines de suspension au printemps et 2 semaines à Noël.*

## RECETTE DE LA SEMAINE

### TAJINE DE TOPINAMBOURS

**Préparation** : 15 min

**Cuisson** : 1h

#### **Ingrédients** (pour 4 personnes)

- \* 600 g de gigot d'agneau
- \* 700 g de topinambours
- \* 300g de carottes
- \* 3 gousses d'ail
- \* 1 pincée de safran et de paprika
- \* Quelques feuilles de coriandre
- \* Gingembre
- \* Huile d'olive
- \* Sel, poivre

#### **Préparation** :

1. Dans une cocotte-minute mettre la viande, l'ail écrasé, l'huile d'olive, le gingembre, le safran, le sel et le poivre.
2. Faire revenir l'ensemble pendant 5 minutes.
3. Couvrir d'eau et laisser cuire à couvert pendant 30 mn.
4. Peler les topinambours et les carottes, et les ajouter à la viande ainsi que le paprika. Ajouter un peu d'eau si besoin.
5. Couvrir et laisser mijoter à feu doux jusqu'à ce que les topinambours et carottes soient cuits et la sauce réduite.
6. Mettre dans un plat de service et parsemer de coriandre hachée.

Bon appétit !

#### **PETITS RAPPELS** :

- Il est très important de venir récupérer son panier **le jour de livraison**. D'une part, il ne faut pas oublier que le(s) gérant(s) de votre point de dépôt sont entièrement bénévoles et nous rendent un grand service ; alors évitons de les encombrer... D'autre part, vous pourrez savourer des légumes frais !!!
- Nous vous remercions également de bien vouloir rapporter vos sacs vides sur vos points de dépôt.

## LA VIE DE LA FERME

Bonjour,

Je m'appelle Dimitri, je suis arrivé à la ferme en Mai 2008 (cf.FEUILLE DE CHOUX N° 302).

Depuis plusieurs mois, je travaille sur l'écoconstruction. Le 1<sup>er</sup> chantier consistait à l'isolation de l'étage d'une maison en chanvre. J'ai participé à un second chantier : isolation en chanvre de colombages mais celui-ci a été beaucoup moins long que le 1<sup>er</sup> !

Quand je suis à la ferme, je fabrique des **briques de terre crue**. La 1<sup>er</sup> étape, consiste à ramener de la terre argileuse qui vient de la ferme, sous le hangar pour qu'elle sèche. Ensuite, on tamise la terre pour enlever les cailloux. La 3<sup>ème</sup> consiste à mélanger la terre tamisée avec du sable dans le malaxeur. Le mélange terminé, nous fabriquons les briques par simple compression. Puis, on les laisse sécher quelques temps. Ces briques servent à construire des murs résistants à forte inertie. Pour exemple, je fabrique actuellement une cloison intérieure en briques dans la salle de réunion. Je rajoute pour une meilleure isolation un mélange chaux-chanvre entre les briques et le mur existant. Grâce à sa forte inertie, la brique emmagasine la chaleur et la restitue tout au long de la journée pour chauffer la pièce, ce qui permettra une économie de bois pour la cheminée. De plus, la fabrication des briques ne consomme que très peu d'énergies grises (pas de transport pour la terre, pas de cuisson...). Je trouve ce matériau très esthétique. Pour finir, nous fabriquons également des briques pour mûr chauffant. Après la ferme, je souhaiterais travailler dans l'écoconstruction.

Alors, n'hésitez pas à venir voir nos briques !!!

Dimitri

## LIVRE DE PHOTOGRAPHIES

Jardiniers de Cocagne  
Cultivons la Solidarité !

Contactez-nous si ce livre vous intéresse, nous ferons une commande groupée lorsqu'il sera passé dans tous les points de dépôt.

**Prix : 18 €**

Actuellement, vous pouvez le **consulter** dans les points de dépôt suivants : La Crémaillère à **Reugny**, Centre social des Acacias à **Amboise, Noizay**, Coin Nature à **Fondettes**, Blé Sauv'age à **St Avertin, Sam'ira** à Tours.