

## Panier Porc

1 pâté bière 1 tr pâté 1 rouelle fumée 1 Rôti 4 côtes 4 saucisses Chair pour compléter

## Nouveaux contrats

**Amapiens sérieux et engagés ; j'espère que vous avez tous bien rempli vos nouveaux contrats. C'est très important car pour les bénévoles qui s'occupent de les rassembler, de faire les tableaux de synthèse, de lancer les prélèvements c'est un sacré boulot, des week-ends complets.**

## A Wazemmes

De même qu'à Borre, vous avez adoré le boudin blanc et le porcelet farci. Daniel et Thomas ont découpé, charcuté sans cesse et Jean Charles servi et resservi des consommateurs éclairés. Merci à eux pour le travail fourni et à leurs familles pour leur soutien et leur tolérance horaire durant ces moments de fêtes et de travail intense.

Merci également à ma Marie pour les mêmes raisons mais toute l'année.

## Wéo

L'émission Grand Place s'est posé dans l'Avesnois. Anouk et ses caméramans intrépides ont affronté la pluie pour tourner une séquence au milieu des Highlands. Vous trouverez le lien sur [www.fermedubeaupays.com](http://www.fermedubeaupays.com)



Des vaches rustiques à Moustier-en-Fagnes  
A suivre : les charmes d'Avesnes-sur-Helpe

Grand'Place du 5 janvier 2015

Anouk Winberg rencontre Grégory Delassus, éleveur de vaches écossaise de race Highland à Moustier-en-Fagnes.

**Je vous souhaite un bon appétit Grégory, votre producteur**

**Prochaine distribution : 13 février**

# Nouvelle de la ferme Janvier 2015



## Bonne année

Avec Marie, Flore, Célestin et toute l'équipe de la ferme, je vous souhaite une très bonne année 2015, Santé, sérénité, prospérité et bon appétit pour vous et vos proches. J'espère que nous continuerons ensemble cette belle aventure de la bio et du bien manger et que nous serons rejoints par de nombreux coéquipiers.

## Les Highlands

Roussie l'aînée du troupeau qui a pour job de tondre les espaces verts à Lille est revenue à Borre pour l'hiver.

Les autres sont au sec sous les hangars à Moustier. Avec Dorien, l'apprenti, nous leur distribuons tous les jours du bon foin Bio de l'Avesnois. Le paillage manuel des hangars nous permet d'entretenir notre forme physique.

La semaine prochaine on fera les échographies pour vérifier que les taureaux ont bien fait leur boulot.

Les veaux ont accès à un bâtiment rien que pour eux avec le meilleur foin et de la bonne paille. Ils peuvent aller téter dans le bâtiment des vaches quand bon leur semble.

Ce temps sous le hangar est l'occasion pour moi de resocialiser mon troupeau, de reprendre contact de près avec chaque animal. Ce travail très agréable est très important, il facilite la manipulation des animaux lorsqu'ils sont au pâturage. Pour les veaux, nous leurs distribuons tous les jours une petite quantité de Muesli Bio. Ils adorent ça. Après cette période d'apprentissage, cet été lorsque nous devons les changer de prairie ils nous suivront rien qu'à la vue du sceau de gourmandises.

## Dans les champs

Pas d'activité pour le moment, impossible d'y accéder à cause de l'humidité, Vivement le printemps.

## Les cochons

L'hiver se passe tranquillement, l'herbe diminuant dans les parcs nous distribuons de l'enrubannage en complément des céréales. Pour vérifier le bon travail des verrats nous pratiquons désormais également des échographies. Désiré le nouveau verrot est arrivé ce matin. Après une petite période d'acclimatation il se mettra au travail.

## De l'électricité renouvelable citoyenne dans votre assiette!

Le saviez-vous ? En dégustant votre steak bio des halles de Wazemmes, vous permettez à des vaches heureuses d'entretenir un espace sensible. Grâce à vous, une équipe motivée travaille pour vous proposer une viande de qualité, mais ça ne s'arrête pas là. Hé oui, quand vous mangez ce steak, vous participez indirectement à la production d'énergie renouvelable citoyenne car votre boucherie d'éleveur achète, depuis sa création, son électricité à Enercoop, une coopérative qui produit et injecte de l'électricité renouvelable dans le réseau et qui la distribue à ses clients. Cette coopérative à but non lucratif appartient à ses sociétaires, des citoyens comme vous et moi, des petits producteurs d'électricité renouvelable désirant une production alternative d'énergie, ses salariés engagés ou encore des collectivités qui marquent leur engagement en faveur de l'environnement. Enercoop a aussi pour vocation de monter des projets de production d'électricité renouvelable et de sensibiliser aux maîtrises des énergies afin de permettre à chacun de se réapproprié son avenir énergétique en phase avec les problématiques environnementales actuelles.

En quelque sorte, le steak dans votre assiette allie circuit court alimentaire et circuit court énergétique ! Si vous voulez rejoindre les 21 000 clients et /ou les 15000 sociétaires de cette coopérative engagée, c'est facile, et c'est local puisque qu'Enercoop est implantée à Lille. Pour plus d'info : [www.enercoop.fr](http://www.enercoop.fr)



## La recette

### La recette

Après avoir fait la une du magazine le Nord, La Cocote s'est remise au fourneau.



## La Cocotte

La Cocotte fait son marché et vous propose recettes conviviales et bons plans.



### **Pour 6 personnes**

Ingrédients : 1 rouelle fumée, 500 g de haricots coco secs, quelques couennes de lard, cumin moulu, 2 ou 3 piments oiseaux, 1 l de bouillon de légumes, 2 petits chorizos, 50 cl de coulis de tomates, huile d'olive, sel et poivre.

Préparation : 20 min – cuisson : 4 h – coût : \* - difficulté : \* - ustensile : grand plat en terre cuite qui va au four. Faites tremper la rouelle et les haricots pendant toute une nuit dans une grande quantité d'eau.

Puis égouttez et séchez la rouelle. Coupez-la en gros cubes et faites-les rissoler dans un peu d'huile d'olive avec les couennes. Egouttez les haricots et faites-les cuire 1 h dans de l'eau bouillante salée additionnée d'1 belle cuillère à soupe de cumin moulu et des piments-oiseaux.

Préchauffez le four à 170°C. Etalez un peu d'huile d'olive dans le plat en terre cuite. Coupez les chorizos en grosses rondelles. Disposez les couennes dans le fond du plat huilé. Mélangez haricots, cubes de rouelle et chorizo, coulis de tomates, poivrez et versez dans le plat. Ajoutez deux louches de bouillon. Mettez au four. Au bout d'une heure, baissez la température à 125°C. Remuez la potée de temps en temps, ajoutez du bouillon si nécessaire et laissez cuire comme ça pendant 2 petites heures.