

## Panier Porc

Rouelle      Saucisses  
1 rôti      4 Côtes  
Chair pour compléter  
Merci aux préparateurs des colis,

## Panier Bœuf

4 steacks  
Bourguignon  
Viande hachée  
2 entrecôtes  
Poitrine

## Marchés du mieux Vivre

Ce dimanche 12 octobre à Lestrem, se déroulera la 25ème édition vous y trouverez, de nombreux exposant autour de l'environnement ainsi que de nombreux Amapiens faisant partie de Lestrem Nature.

## Rattrapage de Highland

Au marais de Douriez, il s'est déroulé le 18 septembre sous le soleil et tout s'est bien passé, nous avons pu récupérer tous les bœufs après 6 mois de pâturage dans cet espace sauvage. Avec l'aide de l'équipe du Conservatoire, de la ferme et des élèves de l'institut agricole d'Hazebrouck, nous avons poussé tour à tour les 35 bœufs dans les pièges. Ils ont ensuite fait le voyage, jusque dans l'Avesnois en camion remorque. Aussitôt les bœufs enlevés, le Conservatoire a réalisé les indices de pâturage pour évaluer le travail opéré par les débroussailluses à cornes. Les résultats seront présentés la semaine prochaine; lors du comité de gestion qui réunit tous les acteurs du marais : chasseurs pêcheurs, mairie.



## AG Amap

Elle se déroulera le 15 novembre, réservez votre date.

**Je vous souhaite un bon appétit**

**Grégory, votre producteur**

**Prochaine distribution Amap : 14 novembre**



# Nouvelle de la ferme octobre 2014



## Les Highlands



Septembre fut un beau mois animé et ensoleillé : les bœufs sont de retour du marais de Douriez, les visiteurs ont été nombreux,.

## Les cochons

Le tréfle dans les parcs est magnifique, les cochons s'en donnent à cœur joie, et affichent de belles croissances.



## Dans les champs

Nous sommes presque à jour, les déchaumages ont été réalisés, la luzerne a été fauchée, les bordures de champs broyées.

Il reste encore un peu de fumier à épandre. On va préparer le semoir, d'ici fin octobre pour semer du triticale et ce sera reparti pour une année culturale.



## Retour sur la Porte Ouverte du 28 septembre

Un magnifique soleil, de jolies vaches. 450 visiteurs : voisins de l'Avesnois, clients de Lille et Borre, Amapiens, contributeurs Ulule, collègues Bio. Merci à tous ceux qui ont rendu cette belle journée possible. Les Amapiens ont assuré au bar, Jean Mich et Jacqueline au barbecue, Bruno à la sono, Edith aux tartines. Benoit du conservatoire a proposé une visite aux monts de Baives et Kevin garde départementale a fait découvrir la faune et la flore de l'espace naturel sensible des Gillettes. La communauté de commune nous a soutenus en prêtant le chapiteau et les tables.

Les visiteurs qui ont découvert pour la première fois la région et le site ont été ravis. En résumé, c'est très loin mais c'est très beau. Assis sur des ballots de foin dans la remorque, nous avons pu nous approcher au plus près du troupeau en toute sécurité. Les enfants ont apprécié de donner le biberon à Dorianne.

Ce fut un réel plaisir de se faire côtoyer mes différents univers, Borre Wazemmes, Moustier, clients, copains, famille. Grâce au soutien de chacun, des moments rares qui malgré le travail vous reboostent un éleveur Bio et donne du sens à mon métier.

Nous sommes donc bien motivés à renouveler l'opération l'année prochaine, entre temps au printemps nous organiserons une visite de l'élevage de porc dans les Flandres. Merci à Marie de m'avoir soutenu dans cette période intense. Retrouvez toutes les photos sur <https://www.facebook.com/fermedubeaupays> et sur [www.fermedubeaupays.com](http://www.fermedubeaupays.com). Vous trouverez également un lien vers le blog de Dominique et Françoise, qui ont fait un super compte rendu de leur visite.



## Viande affinée

Les premières côtes sont disponibles pour les contributeurs Ulule. Nous prenons les réservations pour les suivantes. La chambre d'affinage est désormais opérationnelle à Borre

La recette : <http://lacocotte.nordblogs.com/>



## La Cocotte

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

### Saucisses et haricots verts au riz Valencia

Cap au sud ouest, direction Valencia après une étape à Toulouse. Dans notre poêle, belles saucisses, safran et riz.

#### **Pour 6 personnes**

**Ingrédients :** 6 belles saucisses de Toulouse, 6 non moins belles tomates à jus, 500 g de haricots verts extra-fins, 200 g de riz à paella (riz rond de Valencia), thym, quelques filaments de safran, sel, poivre, huile, 1 gousse d'ail, 3 ou 4 branches de persil plat.

Préparation : 15 min – cuisson : 40 min – coût : \* - difficulté : \* - ustensile : une grande poêle

Faites infuser les filaments de safran dans un peu d'eau bouillante. Equeutez et effilez les haricots, faites-les cuire 10 min dans l'eau bouillante. Egouttez les puis coupez-les en tronçons de 4 à 5 cm. Passez les tomates dans l'eau bouillante quelques secondes pour les peler. Hachez-les grossièrement.

Dans la grande poêle, faites dorer les saucisses dans un peu d'huile. Retirez-les puis remplacez-les par les tomates hachées, ajoutez les haricots, le riz rincé et le thym. Salez, poivrez. Couvrez et faites cuire à feu modéré pendant 20 minutes, le temps que le riz soit bien tendre. Quelques minutes avant la fin de la cuisson, ajoutez le safran, remuez puis déposez les saucisses et un mélange d'ail et de persil. Couvrez à nouveau et laissez encore cuire les quelques minutes.

