



# Les Carottes libérées

CONSUM'SOLIDAIRE



Publication aléatoire des amaps du Moulinet et Albert - septembre 2009 - n° 11

*Carbone partout, justice nulle part*

## Édito

*Soif d'alternative.*

La découverte des territoires en période estivale alimente les débats sur l'utilisation de l'eau en cette saison chaude. Transporté dans les méandres de la consommation, le touriste découvre l'abondance hydrique au service des maïsiculteurs. Les restrictions sont légion au sud de la Loire. Pourtant, la ressource est utilisée avec excès pour les intérêts du lobby agricole. Produire plus pour intensifier leurs rendements, c'est le credo des producteurs de maïs du Sud-Ouest, qui n'en ont que faire de la limitation de la ressource et du partage du « château » d'eau.

La sauvegarde de l'eau douce est un problème grave. Ressource finie inégalement répartie dans le temps et dans l'espace, elle représente moins de 3 % des eaux du globe.



Chevaux du Poitou, ferme de Benoît Biteau.

Au XXI<sup>e</sup> siècle, la satisfaction des besoins en eau fait partie d'enjeux planétaires, et se trouve à même de provoquer des conflits majeurs comme le montre celui du Proche-Orient. L'or bleu suit le cortège des privatisations et de la marchandisation des biens.

À Paris, cependant, nous allons bientôt retrouver une régie municipale. Dès janvier 2010, **Eau de Paris** regroupera l'ensemble des activités de production, de distribution et de contrôle de l'eau potable ; le précieux liquide n'aura plus la même saveur.

L'eau est une ressource essentielle à laquelle les citoyens du monde doivent pouvoir accéder en quantité et qualité. Privilégier la polyculture (céréales, légumineuses) ►

## Une vache rustique dans un cadre idyllique

*Hélas, la campagne est loin de la ville.*

Une balade estivale au pied du puy de Sancy m'a donné l'occasion de connaître un peu mieux les filières bovines locales. Le troupeau d'une trentaine de vaches **Aubrac** qui arpentaient les vertes prairies m'a interpellée sur la conduite de partenariat avec des éleveurs qui font vivre les paysages auvergnats. La ferme **Mille fleurs**, en agriculture biologique, met en avant le bien-être animal et ne recourt ni aux vaccinations type FCO ni aux antibiotiques.

Le principe de préférence d'achat de proximité adopté par les amaps n'est pas applicable pour les filières de viandes locales, les débouchés sont faibles et le marché d'importa-

tion italienne fait la loi. Selon Ernestine, le principe de proximité semble valable à trois conditions :

- la répartition de la densité de la population sur le territoire devrait être régulière ;
- les consommateurs et les producteurs devraient être répartis d'une façon équitable sur tout le territoire ;
- les possibilités de production liées à un lieu précis devraient être en adéquation avec les besoins des consommateurs sur ce même lieu.

Ces trois conditions ne sont pas remplies à l'échelle d'un territoire aussi éloigné des centres de consommation, *a fortiori* des sites

## Des paniers en crise estivale ?

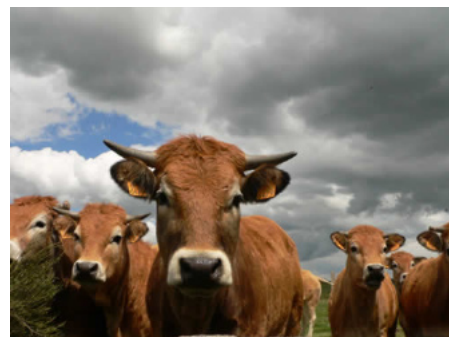
Petits ou grands paniers, vive l'été ! Mais comment assurer leur reprise pendant les vacances ?

Réelle préoccupation et souci d'organisation individuelle mais aussi collective, avec la saison, c'est beaucoup de bons et beaux légumes. À qui les donner ou les confier ?

L'entraide, la convivialité et la proximité avec le paysan doivent s'exercer dans la vie de quartier et professionnelle. Parrainer un panier l'été, c'est aussi prendre la mesure des solidarités entre adhérents, producteurs et bien au-delà...

Continuer à rendre accessible le bio en le faisant découvrir par exemple à ses voisins : essayons ! 🎵

Nicole Dicop@



urbains. L'agriculture paysanne et l'environnement naturel dans ces contrées de terre volcanique sont fragiles et ont besoin d'être soutenus pour pouvoir survivre.

L'amapien en visite à la ferme au cours de ses vacances, d'une visite familiale ou lors de séjours longs, style **woofing**, pourra prendre la mesure de la réalité agricole. Ici, la seule production végétale possible est l'herbe de prairie naturelle. La présence des herbivores et la production de viande induite sont les seules issues agricoles durables.

À vos canifs\* ! 🎵 Elisabeth Ragobert@

\* Le propos est plutôt d'encourager les alternatives agricoles que d'inciter à la surconsommation de viande (incluant les protéines animales). Voir aussi le site de l'association **Passerelle Éco**.



Chèvres de la ferme La Terre, à Livernon (Lot), qui fut sauvée en son temps par l'association Vivre sur les Causses. Bonne continuation à Jean-François Réveillac, qui passe la main à Sabine et Stéphane.

► (suite de l'édito) peut permettre de diviser par trois au moins la consommation d'eau ; les cultures du sorgho, de pois cassés et d'orge montrent la voie de la maîtrise de l'irrigation (voir l'article de la **FAO**).

En cette rentrée 2009, les vendanges s'annoncent sous les meilleurs auspices.

À notre santé ! 🎵

William Elie@

## Partenariat caprin en septembre

*Les chèvres ont la forme à la rentrée !*

La Ferme brûlée\*, ferme du Gâtinais orléanais, est spécialisée dans l'élevage. Sur 45 hectares, elle dispose d'un cheptel de moutons et de cochons élevés en plein air (produits commercialisés en agriculture biologique).

L'élevage de 100 chèvres de races alpine et saanen (race caprine originaire de Suisse) fournit un volume important de lait transformé directement sur la ferme. Les chèvres passent cinq mois de l'année à l'extérieur. Elles sont nourries au foin ramassé sur place (3 kg/jour) et de 1 kg environ de complément en céréales (orge, blé ou triticale, maïs, luzerne...).

25 bêtes sont prélevées chaque année pour renouveler le cheptel. Les chaleurs naturelles débutent en

septembre, aidées de 4 boucs sur l'exploitation. Les chèvres ont une production moyenne de 2,5 litres par jour, avec un maximum de 3 litres en juin.

Le crottin est vendu autour de 2 euros en frais, demi-sec ou sec et même aromatisé (cendré, ciboulette, graines...). Il s'agit d'une production paysanne non labellisée située en bordure de la forêt d'Orléans qui tire ses revenus uniquement de la vente à la ferme et sur les petits marchés locaux.

La prochaine vente de crottins aura lieu mardi 6 octobre, au Moulinet.

\*La Ferme brûlée, famille Touraquet, 45340 Nibelle, fabrication artisanale de fromage de chèvre. Voir aussi **La Chèvre**, la revue en ligne des éleveurs de chèvres.

## Soupe froide de concombre

*Les dernières recettes d'été. De simplissime...*

Pour 2 personnes  
1 concombre  
1 gousse d'ail (facultatif)  
2 yaourts brassés  
sel et poivre  
1 poignée de menthe fraîche

Laver le concombre. L'éplucher plus ou moins selon l'épaisseur de la peau. Le mixer finement avec l'ail puis ajouter les yaourts. Assaisonner selon le goût. Mettre au frais 1 ou 2 heures. Au moment de servir, ajouter la menthe finement ciselée. 🎵

Nathalie Tordjman@



Journées d'été des Amis de la Conf (atelier Circuits courts et consommation responsable, avec Michel Besson, de **Minga**).



Chèvre poitevine de la ferme **Identi'Terre** (Benoît Biteau).



Courgettes, poivrons et concombres.

## Terrine de courgettes

*...à plus élaborée*

Pour 4 personnes  
4 courgettes moyennes  
(ou 3 grosses, en retirant les graines au cœur)  
1 cuillerée de gros sel  
1 cuillerée d'huile d'olive  
3 œufs entiers  
1 yaourt  
100 g de comté ou de jambon blanc en dés  
2 cuillerées à soupe d'herbes (basilic, ciboulette ou persil, selon ce qu'on a dans le panier)  
sel et poivre  
un moule à cake



Laver puis râper les courgettes sans les éplucher. Mettre le gros sel et laisser dégorger 1 heure ou 2. Rincer à l'eau froide et essorer complètement dans un torchon (propre !). Mettre l'huile d'olive dans une sauteuse et faire cuire les courgettes à feu doux 10 minutes en remuant souvent, pour les assécher encore. Dans un saladier, battre les œufs entiers avec le yaourt. Ajouter le comté ou le jambon (selon les goûts), les courgettes et les herbes. Saler et poivrer. Verser dans un moule à cake et faire cuire à four moyen pendant 45 minutes environ, en vérifiant la cuisson avec un couteau (la lame doit ressortir propre). Démouler et servir tiède ou froid (le lendemain) avec une salade verte et/ou des tomates. 🎵

NT@

## Graines de livres, la rubrique de la bibliamap

Venez y puiser des nouvelles fraîches pour étancher votre soif de lecture !

### Nouveautés

📖 *Vive la malbouffe !*, de Christophe Labbé, Jean-Luc Porquet et Olivia Recasens, dessins de Woźniak (Hoëbeke, 2009, 187 pages).

Voici le premier guide enthousiaste de la malbouffe ! Comme elle est partout, il s'agit de positiver ! Le lecteur pourra ainsi, à coup sûr, choisir les tomates les plus insipides, apprendre à reconnaître les pommes qui ont reçu le plus de pesticides, se préparer à déguster les poulets javellisés importés des États-Unis, dénicher les produits les plus gras et s'extasier devant l'inventivité de l'agro-industrie : l'huile de moteur dans l'huile de tournesol, les vieux fromages réincorporés dans les fromages fondus, le pain industriel fabriqué à partir de pâte surgelée, etc.

Visitions cette France des abattoirs qui ne respecte pas les normes d'hygiène : des sau-



mons d'élevage assaillis par les poux de mer, des élevages de veaux piqués aux anabolisants et aux hormones de croissance !

Illustré par les dessins de Woźniak, ce guide est composé de textes courts et drôles reprenant des informations servies toutes chaudes dans la rubrique spécialisée d'un célèbre hebdomadaire satirique. Elles ne dépasseront pas la date de péremption, promis !

📖 *Rural ! Chronique d'une collision politique*, bande dessinée d'Étienne Davodeau (Delcourt, 2001, 139 pages).

C'est l'histoire d'un coin tranquille de campagne. Un couple achève d'y retaper une vieille bâtisse, devenue en dix ans de travaux une agréable maison. Un peu plus loin, trois jeunes paysans, convaincus qu'une autre agriculture est possible, tentent le pari du bio. Un bien bel endroit, donc, jusqu'au jour où la nouvelle tombe : une autoroute va bientôt passer ici. 🎵

Charlotte Hutter@

## « Sans terres et sans reproches »

Présentation par un « lanceur d'alerte ».

« Rejoignez la lutte de ceux qu'on appelle les "sans terres". Dans ce film, tout y est ! Un cocktail de fraîcheur, de bon sens, d'esthétisme et de pédagogie.

Au terme de ce voyage au cœur du Quercy, c'est un étrange mélange de colère et de bonheur qui vous envahit. De colère en raison de l'hégémonie d'une technoculture toujours plus intensive, plus polluante, où on détruit les écosystèmes pour les adapter à des plantes standardisées, et qui tente d'empêcher les paysans d'exercer leur métier, de développer leur bon sens dans le plus grand res-

pect de l'environnement. De bonheur en raison de tous ces îlots de résistance qui se mettent en place. En raison de la clairvoyance et de la détermination de toutes celles et ceux qui sont animés par la même volonté : celle du droit à exercer leur métier, à vivre au pays, à refuser un système qui nous emmène tous droit dans le mur et qui essaie de nous faire oublier que ce ne sont pas les technoscientifiques, ni même les agronomes qui ont inventé l'agriculture, mais les paysans. » Christian Vélot@

Plus d'infos sur [La Télévision paysanne](#).

## Agenda

**8 septembre** : fromages de chèvre et bière au Moulinet.

**17 septembre** : partage d'Albert à Paris-Ateliers.

**17 septembre** : projection de *Sans terres et sans reproches*, d'Éric Boutarin et Stéphanie Muzard Le Moing, à Paris-Ateliers, 11, place Nationale, Paris (13<sup>e</sup>) (M° Olympiades). Apéritif solidaire à 19 h 30. Débat : L'accès au foncier aujourd'hui : une lutte essentielle pour une alternative agricole et alimentaire, avec la participation de Christian Vélot (enseignant chercheur), de Yann Fiévet (président d'Action Consommation), d'un représentant de **Terre de liens** et du réalisateur.

**22 septembre** : commission des paniers solidaires.

**26 septembre** : visite coup de pouce aux **Jardins de la Clairis**, covoiturage et inscriptions auprès de **Céline**.

**27 septembre** : fête des jardins, pique-nique associatif et animations écolos au jardin de la Poterne, à partir de 12 heures. Visite du potager **Solidar'Ys**. Voir aussi le **site des jardins** de la ville de Paris.

**14 octobre** : assemblée générale ordinaire de Consom'Solidaire.

**calendrier** des partenariats avec les producteurs

## Communiqué de presse, 16 août 2009, Livernon (Lot)

Les journées d'été des Amis de la Confédération paysanne, du 13 au 16 août, ont montré l'intérêt suscité par les réalisations des amaps, groupements de producteurs et consommateurs, et le développement de l'économie solidaire. Néanmoins, demeurer à ce stade est insuffisant : les Amis de la Confédération appellent à participer à la remise en cause du système économique et politique actuel.

Nous nous inscrivons résolument dans le développement d'un nouveau système économique où l'économie solidaire aura toute sa place, avec les générations présentes et futures, avec tous les peuples, dans le respect de leur diversité et de leurs cultures.

Parmi les thèmes dominants abordés, on peut retenir :

- l'eau, ressource essentielle, à laquelle tous doivent pouvoir accéder en quantité et qualité ;
- la terre et le foncier : son usage, sa préservation, son statut ;
- la biodiversité ;
- la suppression progressive et définitive des biocides (tout ce qui tue le vivant) ;
- l'implication nécessaire des collectivités locales, nationales et internationales dans la remise en cause des systèmes de production et d'échanges, et pour la promotion d'une économie au service de l'humanité dans sa diversité ;
- transformer le droit actuel, qui organise l'hégémonie de la concurrence et de la compétition, pour établir un droit qui assure la souveraineté alimentaire, les droits humains culturels, civiques, sociaux et environnementaux.



À voir le 17 septembre à Paris-Ateliers.

### Consom'Solidaire

Maison des associations, boîte 81, 11, rue Caillaux, 75013 Paris

<http://www.consom-solidaire.over-blog.com>

[consomsolidaire@actionconsommation.org](mailto:consomsolidaire@actionconsommation.org)