



# Fan de carotte



Mardi 8 Mars 2011

Vendredi 11 Mars 2011

**Quand mars bien mouillé sera, beaucoup de fruits cueillera.  
Mars dans l'eau, moisson dans l'eau.**

## Des nouvelles de la famille Savornin

Pour la famille Savornin tout va bien. Les naissances des agneaux sont prévues fin avril. Des cinq cent brebis, cent agneaux sont attendus. Parallèlement, la famille Savornin a sept truies qui donneront naissance à une centaine de cochons.

Une journée porte ouverte est prévue au mois d'avril, la date sera précisée plus tard.

## Interview d'une fan heureuse :

Anne, depuis combien de temps es tu à l'AMAP ?

Depuis 2008

Comment l'as tu connue ?

Par connaissance

Que prends tu à l'AMAP ?

J'ai commencé par le panier de légumes, puis j'ai ajouté l'huile d'olive, et parfois les fruits, la viande, le fromage.

Qu'est ce que tu aimes à l'AMAP ?

Je soutiens l'agriculture paysanne , et aussi bien sûr j'apprécie les différents produits pour leur goût.

Est ce que tu vois des points négatifs à l'AMAP ?

Parfois les paniers de légumes sont un peu moins remplis, et ce que je n'aime pas trop est de faire la queue dans le froid pour prendre le panier.

Quelle saison préfères tu, et pourquoi ?

Et bien c'est l'été que je préfère, parce qu'il ne fait pas froid pour prendre le panier

Quelle influence ont les produits de l'AMAP sur ta vie ?

Eh bien, je ne m'y attendais pas, mais ils embellissent ma vie, depuis 2008 j'ai meilleur teint, et surtout je me sens bien dans mon panier

Merci Anne !

## Recette : Risotto à la courge :

Ingrédients : 700g de courge, 400g de riz, 50g de saucisse, 1L de bouillon de poulet, 4 cuillerées à soupe d'huile d'olive, 1 oignon, 1 gousse d'ail, 4 cuillerées à soupe de parmesan râpé, persil, sel.

Lavez la courge, épluchez la, et coupez la en petits cubes. Dans un faitout, faites revenir dans l'huile d'olive une gousse d'ail entière et l'oignon haché. Ajoutez les petits cubes de courge, la saucisse coupée en morceaux et laissez dorer. Ajouter deux louches de bouillon de viande chaud et laissez cuire à feu moyen pendant 10 minutes. Retirez l'ail, mettez le riz, couvrez avec le reste de bouillon porté à ébullition et laissez cuire. Quand le riz est cuit *al dente*, ajoutez le parmesan rapé, saupoudrez de persil haché, mélangez et servez.

**Cette semaine, les volontaires sont :**

**Mardi 8 Mars : GERMAIN/ ESCOURROU /MACULET/ANDRIOT**

**Fruits : TONON**

**Vendredi 17-sept : GAYA / BERAUD /ROUL / PICARELLA**

**Fruits : ?????**