



Après les canicules de l'été, les dernières pluies et la fraîcheur de l'automne qui arrive à grands pas...il est temps de me gaver des dernières limaces avant de rester cloîtré dans mon nid !
Je sais que l'on peut compter sur nos p'tits amis jardiniers pour prendre soin de nous durant l'hiver...quelques croquettes pour ma petite famille, des graines dans les mangeoires pour les oiseaux... Potanou

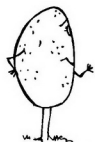
LES PAGES « POTAGEM »

JARDIN du CAFEGEM (situé 35-37 rue Passe Demoiselles à REIMS)

(CaféGEM – Café associatif sans alcool – 12, rue Passe Demoiselles - REIMS – tél : 03 26 47 96 31)

Numéro 26 * JUILLET-AOÛT-SEPTEMBRE 2017**

LES POTINS DU POTAGEM



- Bonjour Osu Blue, comment ça va ?
- Bonjour Bernadette, ça va comme ci, comme ça, vous savez...avec le météo que l'on a eue cet été, c'est pas le top ! Trop d'eau au départ, plus de soleil... et pour finir rebelote de l'eau. Comment voulez-vous que mes tomates mûrissent... enfin, celles qui sont passées au travers des maladies ! Des le début, juste après notre plantation, de l'eau en pagaille ; donc, on a eu droit à une douche à la bouillie bordelaise (produit reconnu par les « bio ») Tout le monde y a eu droit, on se serait cru à « Schtroumpf Land » ! Ce ne sont pas toujours les mêmes qui se déguisent !!!



Personnellement, le bleu me va à ravir. Mais, malheureusement, flotte, flotte et reflotte... d'où un nouveau traitement : bicarbonate de soude et savon noir (remède de grand-mère, enfin presque). Cela a fait un peu d'effet quand même ; c'était marrant avec la rosée, il y avait des bulles de savons qui s'envolaient.

• Et vous Bernadette ? Il paraît qu'il y a du beau monde parmi vous ?

• Ne m'en parlez pas... de vraies pimbèches ! C'est sûr qu'avec des blazes comme « Pompadour » et « Dolreine » ça le fait !

Pour nous les pommes de terre, c'est différent ; on a pas besoin d'eau, uniquement quand on est en fleurs et de temps en temps quand il fait trop chaud. Mais là, trop d'eau pour nous aussi et beaucoup d'entre nous ont attrapé la « myxomatose » (1).... Enfin, c'est la vie.

Ah oui, vous avez vu, nous avons accueilli des migrants au Potagem ! Bien gentils mais un peu... relevés quand même ! Des piments « turques », « vietnamiens », « thaï hot », « oiseaux » « jalapeno » 12 variétés quand même ! Ce sont des plants de piments donnés par Bernard, le fils de notre voisine, venus tout droit de Vendée. Eux n'ont pas été trop touchés par la « myxo » !

C'est bien que les gens nous donnent des plants ; cela fait moins de frais, et pourtant, il y a de l'argent au jardin ! On pourrait les acheter ; on a de l'oseille et plein de monnaie (du pape) !!!

• Et le concert du petit Brice, pas mal hein ? Ils ont eu de la chance, juste un peu de grêle à la fin du spectacle : Dame Nature a été gentille avec eux.

• Bon, allez, au revoir Bernadette, bonne journée, sans pluie peut-être !

• Bonne journée Osu Blue !

Jean-Pierre

(1) nom de baptême donné par les jardiniers aux différentes maladies des légumes



Et pie... et pie... et pie quoi encore ?
Madame Lérot est toujours locataire du petit logement nichoir mais comme ses 4 enfants ont grandi, ils vont bientôt emménager dans un appartement plus grand !



LES ANIMATIONS, LES VISITES, LES RENCONTRES... DU TRIMESTRE

Le Mardi 4 juillet : C'est donc la 4ème fois qu'ils reviennent !

En « classe verte » sur le jardin le 22 juin dernier, les enfants de l'école primaire Gerbault ont souhaité passer une autre journée sur le jardin avec la maîtresse...

Cette fois, ils ont eu le plaisir de laisser leur empreinte au Potagem en plantant des haricots. Opération désherbage avant de creuser les sillons et déposer les graines en poquets (3 à 5 graines par trou)



Samedi 8 juillet : Rencontre entre les adhérents du Cafégem, du Gem La Locomotive et du Centre de jour Antonin Artaud. Après le pique-nique partagé, moment musical **avec la fanfare du Centre Artaud.**

Les douze musiciens (Céline, Chantal, Manon, Marilyne, Michèle, Arnaud, Dominique, Eddy, Julien, Léon, Martial, Tony) entraînés par Guillaume, nous ont offert 1 heure aussi chaude que le soleil de cet après-midi là ! Après l'entraînant « We will rock you » de Queen, devenu un hymne phare des stades...d'autres morceaux nous ont fait rêver de plages exotiques, des airs de sambas, musiques brésiliennes, cubaines..... avec pour instruments : accordéon, caisses claires, grosse caisse, djembés, cloches, synthé, maracas...et même un didgeridoo.



Samedi 22 juillet : Concert Jazz avec le LOFO'S TRIO

Et tant pis s'il a plu cet après-midi là car la chanteuse et les 2 musiciens ont apporté le soleil dans nos cœurs ! Pendant plus d'une heure, la voix douce et claire d'Olivia Begyn nous a bercés sur des standards de Gershwin,

Nat King Cole,
Chet Baker et
bien d'autres...
accompagnée
par



Olivier Lalletment (guitare) et François Tys (contrebasse)

Dimanche 6 Août :

C'est la troisième année que l'association St-Vincent de Paul organise un pique-nique d'été au Potagem. Martine Boijoux, présidente de la SSVP (groupe St-André) souhaitant la bienvenue à ses amis, sympathisants et bénévoles. Elle avait invité Alain Telergan, notre accordéoniste bien connu du centre ville (déjà venu plusieurs fois au Potagem)



Sans oublier nos SLAMS de l'ETE : les 20 juillet, 17 Août et 7 Septembre et le pique-nique du 15 Août

BOUH !!!

Au Potagem, il y a plein de bons moments :

Entre jardinage, concerts, pauses, slam... c'est sympa, surtout quand le soleil est avec nous. Il y a quelque temps, c'était un atelier Slam.

Moment de concentration, de restitution, puis, pour celles et ceux qui le voulaient, pique-nique. Ce jour-là, le thème était : « les sorcières ».

Toute une histoire était racontée pour mettre dans l'ambiance. Puis les stylos ont défilé leur langue de serpent, peut-être pour se marier avec une page pas forcément toute blanche.



Après, pour le plaisir de tout le monde, chacun(e) a lu son texte sorti du chaudron. Voici un extrait : « En arrivant au Potagem, cachée derrière les pommes de terre, j'ai vu une sorcière avec son grand chapeau pointu, ses grandes oreilles et ses grandes dents... j'ai eu très peur ! En regardant bien, j'ai vu que c'était François qui désherbaît ! J'étais rassurée ! » Merci pour ton humour Véronique !

François

ORTIE-CULTURE :

Pour vous, mesdames, profitez des dernières orties de l'année pour votre bien-être intérieur comme extérieur

Pour une peau grasse : versez 40 cl d'eau dans une casserole. Ajoutez 1 c.à.s. de feuilles d'ortie séchée et 1 de racines de bardane. Portez à ébullition et laissez bouillir env.10 mn. Filtrez et

versez la préparation refroidie en bouteille. Ajoutez 30 gouttes d'extrait de pépins de pamplemousse (conservation). Chaque matin et soir passez sur votre peau démaquillée un coton imbibé de cette lotion qui se conserve 15 jours.

Ou en masque assainissant 1 fois par semaine :

Réhydratez 1 cuillère à soupe de feuilles d'ortie séchée dans 100 ml d'eau bouillante pendant 1 heure. Mixez la préparation avec 1 c.à.s de miel, 1 c.à.s de yaourt et 1 c.à.s de fécule de maïs afin d'obtenir une

pâte que vous appliquerez sur le visage en laissant poser 20 mn avant de rincer.

Pour une peau sèche : préparez une infusion d'ortie et laissez-la refroidir. Imbibez-en 2 ou 3 compresses que vous poserez sur votre visage durant 10 mn puis vous rincerez abondamment.

Egalement le masque à l'ortie : Rincez 1 poignée de feuilles d'ortie fraîche, les jeter 30 secondes dans l'eau bouillante. Egouttez-les et hachez grossièrement. Appliquez sur le visage 10 mn et rincez.

* N'oubliez pas les vertus de la tisane d'orties, toujours pleine de minéraux et de vitamines.



Eric

La Belle au feuillage dormant :

Son surnom est « lis d'un jour » ou « belle-d'un-jour » car sa fleur ressemble au lis. Celle-ci est éphémère mais ses boutons se renouvellent sans cesse.

Elle doit son nom au grec « hemera » : jour et « kalos » : beauté.

L'hémérocalle n'aurait donc que des qualités : facile d'entretien, résistante aux maladies et aux parasites, comestible (ses boutons et ses fleurs s'agrémentent de différentes façons), présence au Potagem, etc...

De plus, elle peut être utilisée en vannerie (spiralée, tressée et cordée)

grâce à son feuillage dormant. En effet, ses feuilles jaunissent en automne et se renouvellent au printemps. Avant qu'elles ne meurent, on peut les ôter.

Si elles résistent, il ne faut pas insister, cela risquerait d'abîmer le rhizome et donc de compromettre la floraison de l'année suivante. Les feuilles se conservent des années. Il faut alors les conditionner en boîtes et les entreposer dans un lieu à l'abri de la lumière et suffisamment ventilé.

Anne-Marie s'est chargée de la récolte et me les a confiées. Il est à peine nécessaire de les mouiller pour les travailler. J'ai repris mes aiguilles pour tricoter un échantillon (photo 1), puis j'ai fait une petite tresse en incorporant des pelures d'ail (photo 2) et une corde tournicotée avec une tige de tomate grappe (photo 3) - Je vous invite à découvrir l'ouvrage de Sylvie Bégot « Vannerie tressée et cordée au jardin » aux éditions de Terran. Et pour finir en beauté, essayez de dénicher le pléonasme dans cet extrait d'un poème de François de Malherbe : « Et toutes les faveurs humaines sont hémérocalles d'un jour ».

Hémérocallement vôtre ! Claudie



(1)



(2)



(3)



L'ARROCHE (plante ancienne)

est une plante potagère originaire d'Asie centrale (Sibérie) appelée aussi Belle-dame, folette ou chou d'amour. On en consomme les feuilles, au goût plus fort que l'épinard. Plante assortie de tiges ramifiées, de fleurs en grappes et d'immenses feuilles triangulaires souvent vertes ou rouges.

L'arroche est riche en vitamine C, fer, magnésium, calcium, phosphore....

Elle porte aussi le nom de faux épinard, étant souvent cuisinée comme l'épinard (au beurre, en gratin, en accompagnement de viandes, volailles) mais se consomme aussi en salade. Il faut la consommer au plus tôt, après la cueillette car les feuilles fanent très vite.

On la sème au printemps jusqu'au début de l'été dans un endroit plutôt ensoleillé, mais elle se ressème spontanément en quantité (ce qui s'est produit cette année au Potagem). Elle doit être bien arrosée en période sèche pour éviter la montée en graines. Elle mesure en moyenne 50 à 80 cm mais peut atteindre une hauteur de 1m50. Beaucoup moins exigeante que l'épinard, elle pousse aussi plus facilement et offre un meilleur rendement.

Elle se décline en différentes variétés : Arroche mauve, arroche « Aurora » (pouvant être rouge, verte, rose, violette), arroche verte, rouge foncée, blonde (vert pâle).

Marie-Claude

Il est revenu le temps des cerises !

Ça ne va pas non ? On est en Septembre....

Mais si, le temps des tomates cerises dont voici une recette :

LE CLAFOUTIS AUX TOMATES CERISES :



Pour 4 personnes :

750 g de tomates cerises, 30 cl de lait, 4 œufs,
120 g de farine, 60 g de parmesan râpé, sel, poivre,
6 brins de ciboulette, un peu d'huile



Préchauffer le four à 210° (th 7)

Dans une poêle, faire revenir les tomates cerises avec une cuillère à soupe d'huile pendant 3 minutes.

Battre les œufs avec la farine, sel, poivre – Délayer avec le lait et ajouter le parmesan râpé, la ciboulette ciselée.

Déposer les tomates dans un plat à four et verser la préparation dessus.

Enfourner et cuire pendant 25 à 30 minutes.

Bon appétit et... aux prochaines cerises, **Anne-Marie**

LES PIEDS DANS L'PLAT...

Sans doute en avaient-ils « ras le bol » de la chaleur ce jour-là pour mettre à tour de rôle « les pieds dans le plat » !



Pendant les périodes de fortes chaleurs, nous avons nos bouteilles d'eau, nos thermos de café ou de thé... mais nous n'avons jamais oublié de disposer des récipients remplis d'eau (que nous changions régulièrement) aux quatre coins du Potagem pour nos petits amis animaux.

Et c'est toujours un véritable plaisir de surprendre nos visiteurs en train de boire ou de se baigner : oiseaux, canards, hérisson, écureuil... **MC**

TARTE AUX POIREAUX ET AUX LARDONS :

pour 6 personnes : 250 g de farine, 140 g de beurre, 2 cl à spe d'eau, 3 poireaux, 400 g de lardons, 3 œufs, 100 g de fromage râpé, 25 cl crème fraîche, sel, poivre, muscade

Préchauffer le four à 210° (th 7)

Faire la pâte à tarte : malaxer le beurre et la farine, l'eau, l'étaler et mettre dans un plat.

Couper les poireaux en rondelles et les faire dorer dans un peu de beurre.

Faire dorer les lardons à part, les égoutter et les ajouter aux poireaux.

Faire l'appareil : mélanger les œufs, la crème, le sel, le poivre, un peu de noix de muscade.

Etaler les poireaux et lardons sur la pâte, parsemer de gruyère râpé et ajouter l'appareil. Mettre au four 25 minutes.



Jean-Luc