

Déc/Janv
2025

Amap Les Castors Bios

La Newsletter



L'équipe des Castors
vous souhaite une très
belle année

2025



Annonce du
mois:

Il n'y aura de pas
de distribution les :
21 et 28 février



La recette de
nos amapiens
A vos casseroles!



Ce mois-ci les légumes d'hiver

Voici ma recette pour utiliser nos légumes des paniers actuels

- 600g de potimarron (soit 1/2 gros potimarron)
- 1 patate douce
- 1/2 brocoli
- 300g de choux de Bruxelles
- 1 oignon rouge
- 1 panais (gros 270g)



Huiler un plat et disposer tous les légumes puis assaisonner avec : 4 cuil. à soupe d'huile d'olive, 2 cuil. à soupe de miel liquide, 1 cuil. à café rase d'origan séché, 2 cuil. à café rases de piment doux poudre, 2 cuil. à café de fleur de sel et 4 tours moulin à poivre)

Nouvelles de nos producteurs



Quoi de neuf au verger de la Brie ?

“Retour sur 2024, La récolte de la fin de l’été et Automne 2024 sera une récolte correcte. Quelques surprises liées à la météo de l’année. En effet la pluie lors de la floraison laisse prédire une récolte moyenne. Mais finalement dame nature nous a eu en sainteté et nous a offert une récolte normale.

Quelques variétés seront peu voir pas présentes, mais vous le savez que trop bien, on ne peut pas avoir toutes les planètes bien alignées, déjà nous avons une récolte. Le choix au vue d’une météo humide à été de faire dès le début, des grosses corbeilles, de manière à profiter le plus possible et palier à un risque potentiel sur la conservation des pommes. Il vaut mieux faire 9 distributions à 10kg avec de beaux fruits que 10 distributions à 8 kg avec le risque que la dernière soit qualitativement moindre.

Aujourd’hui le froids est bien présent avec -8°c au matin. Un bon froid bien sec qui est très agréable et qui va permettre d’éliminer les insectes ravageurs. Néanmoins il faudra quand même plus d’une nuit en température négative, mais laissons nous rêver à un hiver digne de ce nom :)

Place à la taille maintenant. Un grand travail qui prépare la future récolte et vos prochaines corbeilles”.

Pierre-Marie Fahy le 14 janvier 2025.

