

Ça se passe en janvier & février



AU MENU

Salades et légumes Verts

Le terme «légume vert» n'est pas lié à la couleur des végétaux, mais à leur fraîcheur qui les différencie des légumes secs. **40 millions de pieds de salade** sont produits dans la plaine du Roussillon, principalement d'octobre à avril. Avec près de 400 ha, nous sommes le **1^{er} département français producteur de laitues**. En termes de variétés, on retrouve des batavias, des feuilles de chêne, ainsi que des scaroles et frisées de la famille des chicorées. Nos salades, reconnues pour leur qualité et leur disponibilité en hiver, s'expédient dans la France entière et en Europe du nord. D'autres légumes verts sont aussi des spécialités de la plaine du Roussillon comme le céleri branche, mais aussi depuis quelques années : le fenouil, le brocoli, la blette, l'épinard... **Une commune a même donné son nom à une variété de céleri branche : le vert d'Elne.**



C'EST LA SAISON

LES MISES-BAS

Entre janvier et février, les mises-bas rythment le quotidien des éleveurs. Les troupeaux sont proches des fermes afin de pouvoir surveiller les animaux et leur apporter les soins nécessaires. C'est aussi le début de la production de lait. Les périodes de lactation sont plus ou moins longues d'une espèce à l'autre.



- Salades
- Poireaux
- Céleris
- Navets
- Carottes
- Kiwis
- Agrumes
- Roquette
- Choux
- Pommes
- Epinards
- Fromages

C'EST LA SAISON



- **Les tommes** : au lait cru, à pâte pressée, affinées en cave pendant six semaines à quatre mois, voire plus.

- **Les lactiques** : de petite taille, généralement au lait de chèvre (crottins) et très variés (frais, demi-secs, secs, cendrés, aromatisés aux herbes...).

- **Les formatgets** ou 'el recuit' : production traditionnelle, fabriquée à partir de lait pasteurisé, le plus souvent de chèvre. Vous le connaissez en dessert : « mel i matò ».

LES PRODUCTIONS FROMAGÈRES

Si l'on trouve du fromage de vache toute l'année, les fromages de chèvre et de brebis ne sont présents sur le département que du printemps au début de l'hiver. 40 producteurs fermiers, dont les 2/3 élèvent des chèvres, produisent plus d'1 million de litres de lait et le transforment en plusieurs types de fromages affinés dans leur ferme :

CIME LAIT
PRODUCEUR DU DÉPT

Le
saviez-
vous ?

CIMELAIT est une coopérative laitière de montagne qui collecte le lait de 4 fermes en Cerdagne et Capcir. En 2016, elle a investi dans un atelier de transformation au cœur du plateau cerdan, à Err. Yaourts, faisselle, fromage blanc et fromages frais sont élaborés à partir d'une sélection des meilleurs laits de montagne, qui leur apporte saveur et onctuosité.

14
Fév.

**Marché d'hiver
des producteurs
et artisans**
à Eyne

21
Fév.

**Marché d'hiver
des producteurs
et artisans**
à Eyne

25
Fév.

**Le cochon
fermier en fête**
à Toulouges



ANTI-GASPI

PESTO AUX FANES DE CAROTTES BIO

Pour réaliser votre pesto, il vous faut : 90 g de fanes de carottes bio, 65 g de poudre d'amandes ou pignons de pin, 65 g de parmesan râpé, 2 gousses d'ail épluchées de dégermées et 130 g d'huile d'olive. Dans un mixeur placer les fanes de carottes (déjà nettoyées au préalable), l'ail et le parmesan. Broyer le tout quelques secondes jusqu'à obtenir une pâte lisse. Débarrasser dans un bol et mélanger avec l'huile et la poudre d'amandes. Placer la préparation au réfrigérateur.



RECETTE

ROSE FEUILLETÉE AUX POMMES

Ingrédients :

- 2 grosses pommes rouges
- 75 cl d'eau
- 1/2 citron
- 2 cuillères à soupe de sucre
- pâte feuilletée
- sucre blanc ou cassonade
- cannelle
- sucre glace

1. Préchauffer le four à 180°C (th.6). Dans une casserole, mettre l'eau, le sucre et le jus de citron. Mettre à chauffer. Pendant ce temps, retirer le trognon des pommes, les couper en deux et retirer les pépins. Les couper ensuite en fine tranches de taille égale.
2. Plonger les pommes dans l'eau sucrée et citronnée et faire cuire 2 à 3 minutes. Il faut que les pommes soient souples afin de les travailler plus facilement. Les égoutter et les sécher.
3. Couper des bandes de pâte feuilletée. Disposer une 1ère couche de pommes en les faisant dépasser de la pâte : elles doivent se chevaucher. Faire de même avec une seconde couche de pommes. Mélanger du sucre et de la cannelle et en saupoudrer sur les pommes et la pâte.
4. Replier le bas de la pâte sur les pommes et rouler la bande de pâte sur elle-même. Disposer dans un moule à muffin ces roses feuilletées et les faire cuire durant 30 minutes. Saupoudrer de sucre glace et servir.

APPRENDS EN T'AMUSANT

Dingbat

Règle du jeu

Un dingbat est une sorte de rébus qui consiste à deviner une expression connue à partir d'un dessin ou du mot lui-même.

L Exemple : Dans ce dingbat, on remarque que le mot LIRE est séparé par des lignes. on peut donc dire que le mot LIRE est entre les lignes. L'expression à trouver est donc : «Lire entre les lignes»



Besoin d'aide ? Les dingbats ont été résolus mais placés dans le désordre, essaye de correctement associer les lettres avec les numéros : a. Être mi-figue mi-raisin b. La fin des haricots c. Les carottes sont cuites d. Couper la poire en deux

QUIZZ

- Quelle ville de la plaine du Roussillon a donnée son nom à une variété de céleri branche ?
- Quels sont les 3 grands types de fromage ?

Relie les durées de gestation et les animaux

- | | |
|----------|-----------|
| Jument • | • 3 mois |
| Brebis • | • 5 mois |
| Ânesse • | • 9 mois |
| Truie • | • 11 mois |
| Vache • | • 12 mois |



Plus d'informations sur producteurs66.com

