

## Panier Porc

Rôti, côtes, lard fumée, sauté, lardons

## Panier Bœuf

Steaks , merguez,  
bourguignon, bouillon



# Les Nouvelles de la ferme Janvier 2025



## Nouveaux contrats Amap

Amapiens sérieux et engagés ; j'espère que vous avez tous bien rempli vos nouveaux contrats. C'est très important, car, pour les bénévoles qui se chargent de les rassembler, de faire les tableaux de synthèse, de lancer les prélèvements c'est un sacré boulot !

## Retour sur les fêtes

Vous êtes nombreux à nous avoir fait confiance pour vos repas de fêtes, les jambons de Noëls et les boudins blancs étaient au top. Merci à vous !

**Je vous souhaite un bon appétit,**  
**Grégory, votre éleveur**

## Prochaine distribution Amap : 14 février

### Bonne année !

Avec la famille Marie, Flore et Célestin et toute l'équipe Thomas, Max, Estelle, Laurence, Rose Hélène, Zoé, à la boucherie Antoine et Loane à la ferme on vous souhaite une très belle année 2025 ! Beaucoup de sérénité, une bonne santé pour vous et vos proches ! Promis de notre côté on continuera à faire de notre mieux !

### On le fait ensemble ! Merci !

**Merci** à vous les familles qui appréciez nos produits et faites vivre la ferme. Par vos actes d'achats, vous soutenez un modèle de production et de société vertueux, qui protège la nature dans son ensemble que ce soit la biodiversité, le climat, les sols, l'eau, les vivants petits et grands. Un modèle qui crée des emplois et de l'économie locale. Je sais bien que souvent il y a des arbitrages qui sont faits dans les budgets familiaux pour mettre la priorité sur une alimentation de qualité. Je sais aussi que dans vos impôts et contributions vous payez aussi pour soigner les maladies dues aux produits chimiques, pour dépolluer l'eau, pour restaurer la nature. Si j'étais président ou 1<sup>er</sup> ministre ☺ je vous octroierais plein de crédit d'impôts ! Car depuis que j'ai commencé, je suis persuadé que l'agriculture biologique en circuit court est le modèle le plus performant en coût global et aménités positives pour la Société dans son ensemble.

**Merci** aux chefs qui nous soutiennent, qui comprennent que l'on a d'excellents produits mais que tout n'est pas disponible tout le temps comme chez les grossistes, qu'il faut faire avec les saisons et la valorisation de l'animal dans son entièreté, qu'il faut chercher dans ses talents pour tout travailler ! Dans vos restos, vous endossez une grande responsabilité : faire plaisir, montrer l'exemple et faire réfléchir.

**Merci** à tous les équipier-e-s de la ferme qui font au mieux, avec engagement en toute sincérité et en confiance.

La Bio et les circuits courts ont traversé une passe difficile après un emballement durant la période covid. Le monde d'après ressemble finalement beaucoup au monde d'avant, mais il y a quand même eu des graines semées. Ce n'est pas facile, mais à la ferme on a de bonnes fondations, une bonne base fidèle depuis 20 ans, on est toujours

là,toujours en progression pour faire le mieux possible et on compte bien continuer !

Il y a plein de crises autour de nous, plein de choses compliquées qu'il est difficile de résoudre. Mais en tous cas, on fait notre part, du mieux que l'on peut ! Dans la convivialité et la bonne humeur on agit tous ensemble, concrètement, malgré les difficultés. J'ai lu que seules les civilisations solidaires traversent les crises et je trouve que l'on fait une belle pépinière ! Chacun avec son énergie, ses convictions, son savoir-faire, son réseau, son cheminement, on change les choses de manière simple, conviviale, festive pour des enjeux aussi sérieux et cruciaux que sont la protection de la planète et la survie agréable du vivant...

C'est tout cela qui me donne l'Energie d'avancer, pour que la ferme soit un écosystème le plus résilient possible, qui stocke aussi le maximum de Co2 et où les animaux peuvent avoir la vie la plus naturelle. Un coffre-fort avec une grande richesse écologique et humaine à l'intérieur que l'on préserve et développe. C'est le capital et une production alimentaire que l'on récolte, ce sont les intérêts que vous valorisez et qui rendent le tout possible !



Et si vous achetez la viande juste parce qu'elle est bonne, c'est très très bien aussi ! 😊

### Les vaches

Elles sont à l'abri dans les étables. On est au petit soin pour pailler, distribuer le foin, mettre à boire, brosser les petits veaux.

Nous avons réalisé les échographies (97.5 % de réussite, très bien les taureaux !), la pesée des veaux pour suivre la croissance, (1000 gr par jour, merci les vaches pour le bon lait !) les prises de sang obligatoires (merci la véto pour sa dextérité), et même des prélèvements de bouses (désolé si vous êtes à tables 😊) afin de réaliser des coprologies pour voir si l'utilisation de vermicule sera nécessaire.



### La recette Merci notre copine la Cocotte !

<http://lacocotte.nordblogs.com/>



**La Cocotte  
fait son marché  
et vous propose  
recettes conviviales  
et bons plans**

### Pancetta du Beau Pays

Pour commencer l'année de la meilleure des façons, la Cocotte a fait de la pancetta avec la meilleure des viandes qu'on trouve dans les Hauts-de-France, la viande bio de la ferme du Beau pays\*. En même temps que la recette, recevez les vœux les plus fous de votre gallinacé préféré.

<http://www.fermedubeupays.com/>

Pour 1 petite pancetta

Morceau de poitrine de porc bio désossée de 400 g environ, 2 cuillères à soupe de gros sel gris de Guérande, 25 grains broyés de poivre noir, laurier, 10 baies de genièvre, piment séché

Préparation : 20 min – Cuisson : aucune – Coût : \* - Difficulté : \* - Ustensiles : petit sachet épais, fil de boucher, gaze et linge propre

Progression : Enlevez la pellicule de couenne de la poitrine. Dans l'épaisseur ouvrez la poitrine en 3, comme un portefeuille mais en la gardant en un seul morceau. Salez le morceau et rangez-le dans le sac plastique. Rangez-le au réfrigérateur 7 jours. Retournez-le tous les jours en le massant. Il doit perdre un peu de son poids. Au bout de ce temps, rincez bien le morceau de viande et répartissez les épices et aromates sur toute la viande. Roulez-la, serrez-la bien, roulez-la dans du poivre broyé et ficellez-la. Enveloppez-la dans de la gaze puis un linge propre et suspendez-la dans le garage ou la cave, un endroit frais constamment. Laissez-la sécher 1 à 2 semaines. La pancetta doit perdre 10 % de son poids.

Dressage : Coupez de très fines tranches de pancetta et présentez-les sur un beau plateau de charcuterie.

