



# BRIN D'HERBE

MAGASIN DE PAYSANS

Au fil des saisons

ÉTÉ 2018



Venez dans nos fermes...  
notez les dates  
des prochaines visites :

22/09/2018  
Gwénael FLOCH  
MARAICHER  
Maure de Bretagne

13/10/2018  
Cyrille TATARD  
PRODUCTEUR  
VIANDE BOVINE  
Sixt Sur Aff

ON EST  
TOUT VERT  
TOUT L'ÉTÉ !



On récupère  
les bouchons  
de Lièges !





## EDITO



**Au cœur de mon métier de paysan, la satisfaction et la chance de travailler avec le vivant, de vivre au rythme des saisons.**

Travailler avec le vivant c'est à la fois un poids et une délivrance.

**Coté poids**, l'énergie et les moyens investis pendant des semaines et des mois, sans certitude de résultat...

**Coté délivrance** la satisfaction quand la production est au rendez-vous : les premières fleurs, les premières récoltes et la reconnaissance des familles pour la qualité des produits.

**Ce printemps a été particulièrement éprouvant pour les maraîchers.**

Cela s'est ressenti dans nos rayons qui n'étaient pas toujours bien achalandés. Le froid a freiné les cultures sous abris et les trombes d'eau de mai ont mis à mal les cultures de plein champ (salades, radis, fraises...). Plusieurs collègues ont vécu des catastrophes liées au climat (inondations, mildiou...)

Les épreuves et les aléas peuvent aussi ouvrir des chemins inattendus. L'année dernière le virus de la mosaïque du concombre avait décimé ma culture. Il s'était propagé aux courgettes et aux épinards. La puissance de ce virus et son spectre très large (il s'attaque quasiment à toutes les plantes cultivées) m'a énormément secoué car il n'existe aucun moyen de lutte.

L'impasse technique dans laquelle je me trouvais m'a contraint à sortir des sentiers battus. Je me suis intéressé aux vertus de la musique pour les plantes et l'expérimente depuis ce printemps.

**Quatre séquences musicales de onze minutes chacune sont diffusées chaque jour.**

Les organismes vivants (animaux, végétaux, virus, bactéries) sont composés de glucides de lipides et de protéines. Les ondes émises impactent la synthèse de certaines protéines. Les protéines liées à la photosynthèse et aux défenses immunitaires sont renforcées ; les protéines clés des virus et des pathogènes sont inhibées.

Pour l'instant les résultats sont très encourageants puisque le virus ne parasite plus la plante et que je n'ai pas eu besoin de traiter les tomates à la bouillie bordelaise (cuivre) malgré les conditions climatiques difficiles.

**Au-delà d'une technique c'est une approche qui a changé ma relation au vivant et aux plantes.**

**Affaire à suivre...**

Gwenael Floch

## L'ATELIER DE LA GALETTE

L'atelier de la galette de Médréac (35) proposera à la rentrée un nouveau produit : **une galette de blé noir 100% bretonne, fabriquée de façon traditionnelle de la transformation du blé noir jusqu'au produit fini.**

Le blé noir breton bio certifié IGP (Indication Géographique Protégée) est transformé au moulin de la fatigue à Vitré. La farine est obtenue selon un procédé ancestral unique sur meule de pierre qui permet de préserver au mieux les propriétés du blé noir. La galette faite à partir de cette farine et de sel de guérande IGP récolté à Mesquer (44) a été dégusté en commission produit et validé à l'unanimité !

Le prix de vente sera légèrement supérieur à celui proposé actuellement sur les autres galettes. Celle-ci complétera la gamme des crêpes et galettes déjà présentes au magasin.



**Vous aurez l'occasion de venir la déguster  
à Brin d'Herbe Vezin le vendredi 07/09 après-midi  
et le vendredi 14/09  
à Brin d'Herbe Chantepie !**

**Bonne dégustation !**

EXPOSITIONS  
PHOTOS

CHANTEPIE

INAUGURATION  
DU MAGASIN

VEZIN LE COQUET

20 ANS  
DE BRIN  
D'HERBE



BOISSONS

FRUITS & LÉGUMES

VIANDES & CHARCUTERIE

PAINS

CRÈMERIE

ÉPICERIE



Pour la gamme, priorité aux produits des adhérents!

**À Brin d'Herbe nous essayons de proposer une gamme assez large et adaptée aux demandes de notre clientèle.**

La gamme des produits évolue en fonction bien sûr des saisons, mais aussi des disponibilités de ceux-ci au sein des producteurs adhérents, des dépositaires vendeurs et en moindre partie d'autres fournisseurs en achat/revente.

De plus en tant que magasin de producteurs, lorsqu'une même famille de produit est proposée par plusieurs fournisseurs potentiels, la priorité est toujours donnée aux produits de l'adhérent, **c'est ce qui vous permet de rencontrer les producteurs à la vente.** Vous avez la chance de pouvoir échanger avec les adhérents paysans qui sont présents à tour de rôles à la vente et leur présence se fait en fonction de leurs chiffres d'affaire. Donc plus une gamme est large, plus leurs ventes peuvent être potentiellement diluée et moins vous pouvez les croiser.

L'équilibre entre la satisfaction de demandes spécifiques de quelques clients et une gamme assez large mais pas trop pour garantir le maintien de la dynamique magasin de producteur, est un exercice parfois périlleux. **Rentabilité des produits, équité et éthique s'ajoutent aussi aux critères de sélection!**

Par exemple en farine nous avons fait le choix de réduire la gamme et le nombre de nos fournisseurs. La farine T65 n'est plus proposée car la T80 de la ferme Ty R'nao (en cours d'adhésion à Brin d'Herbe) est issue de variétés anciennes et permet la majorité des utilisations que l'on peut faire avec la T65 (pâtisseries, crêpes, sauces...). En plus la T80 est plus riche en vitamines et minéraux. En pâtes nous avons aussi réduit la gamme issue de fournisseurs non paysans pour privilégier les produits de la ferme Ty R'nao et de la ferme des Pâtis.

C'est un lot de viande fraîche  
**prête à cuire ou à congeler :**

C'est quoi  
une caissette ?

Le prix est plus avantageux que si vous achetez  
vos pièces de viande en vitrine...  
Le détail des caissettes est disponible dans vos magasins,  
ou sur [www.brindherbe35.fr](http://www.brindherbe35.fr)



## CHICKEN WINGS

### INGRÉDIENTS pour 4 personnes

- 1 kg d'ailerons de poulet bio ou fermier
- 4 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 1 cuillère à soupe de moutarde
- 1 grosse cuillère à soupe de ketchup
- 1 cuillère à soupe bombée de paprika
- 1 cuillère à café de piment de Cayenne (ou de piment d'Espelette en poudre)
- 1 cuillère à café de sel

- ➔ La veille, mélangez dans un grand saladier tous les ingrédients tous les condiments et les épices.
- ➔ Enduisez les ailerons de poulets avec cette marinade, filmez et laissez reposer une nuit au réfrigérateur.
- ➔ Le lendemain, disposez les ailerons de poulet dans un grand plat.
- ➔ Faites cuire pendant 1h15 à 180°C. Retournez-les trois fois en court de cuisson. Passez éventuellement sous le grill à la dernière minute si les chicken wings ne sont pas assez grillés.

#### La p'tite variante trop bonne de Virginie :

Fried chicken wings c'est pas mal non plus : dans un sac en plastoc (rhooooo c'est mal!) ou dans une boîte hermétique... on met de la farine, du sel, du poivre et du paprika, on mélange bien puis on plonge les wings dans le sac, on secoue un bon coup et on met ça 1/4h dans la friteuse... et biiiiim!

### VEZIN LE COQUET

Le Grand Chevillé  
35 132 VEZIN LE COQUET  
Tel 02 99 64 79 40

### CHANTEPIE

Allée Gwalarn  
35 135 CHANTEPIE  
Tel 02 99 41 48 95



magasinsbrindherbe

[WWW.BRINDHERBE35.FR](http://WWW.BRINDHERBE35.FR)