

BOISSONS

FRUITS &amp; LÉGUMES

VIANDES &amp; CHARCUTERIE

PAINS

CRÈMERIE

ÉPICERIE

## PAUPIETTES DE POULET AUX PETITS LEGUMES (EN COCOTTE)

Nicolas et Anne Sophie (ferme de Naot Breizh) nous proposent depuis quelques semaines des paupiettes de cuisses de poulets desossées, farcies avec la chair à saucisse de la Ferme Du Pressoir.

Voici une recette simple et savoureuse pour les préparer.

**INGRÉDIENTS POUR 4 PERSONNES**

**CUISSON : 30 MIN À FEU MOYEN**

**PRÉPARATION : 15 MIN**

- 4 belles paupiettes de volaille
- 4-5 petites pomme de terre
- 2 carottes
- 1 oignon émincé
- Huile et beurre pour saisir
- 1 verre de vin blanc
- Divers légumes de saison : pois chiches, céleris, courgette, champignons... en petits dés.
- Thym
- Sel, poivre

➔ Dans une cocotte en fonte, saisissez les légumes coupés en petits morceaux dans un filet d'huile d'olive.

➔ Laissez cuire quelques minutes. Salez, poivrez, puis déglacez avec  $\frac{1}{2}$  verre de vin blanc. Ajoutez un peu d'eau, du thym, remuez bien et laissez cuire une bonne dizaine de minutes. Les légumes doivent encore être croquants.

➔ Réservez dans un plat (avec la sauce).

➔ Saisissez les paupiettes sur chaque face dans un peu de beurre ou d'huile d'olive. Déglacez avec le  $\frac{1}{2}$  verre de vin restant, puis baissez le feu et remettez les légumes, ainsi que leur sauce.

➔ Laissez mijoter une vingtaine de minutes. Servez chaud.



Maraîcher à Brin d'herbe depuis une dizaine d'année, j'avais depuis longtemps l'idée de proposer des poivrons marinés au magasin. Ma femme, Marie Aude, ayant des racines italiennes, m'avait fait découvrir une **recette de poivrons marinés qu'elle avait héritée de sa grand-mère Giuseppina**. Cet automne nous avons réussi à nous organiser pour pouvoir les préparer !

Les lamelles de poivrons marinés au vinaigre, à l'huile d'olive et au thym viennent avec plaisir et gourmandise **parfumer vos plats**. Ils agrémentent vos assiettes de crudités, de céréales, ou garnissent savoureusement vos pizzas maison. Vous pouvez servir ces poivrons en pickles à l'apéritif ou les utiliser en condiment sur des toasts (humous, charcuterie...).

Bonne dégustation.

**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)



Au fil des saisons  
**PRINTEMPS 2020**



**PLANNING VISITES NESO**  
On vous accueille sur nos fermes!!

Le 5 sept.

chez Pierre ESTRADA  
Ferme de la Ceraisaie à St-Thurial  
FROMAGE DE CHÈVRES

Le 28 nov.

chez Marion et Pierre  
les Primeurs des 5 Sens  
à Guipry-Messac  
LÉGUMES



## EDITO

Chère communauté Brin d'Herbe,

Ces dernières semaines, les magasins de paysan.nes Brin d'Herbe vivent des instants de « fermentation » collectifs, à l'image du levain naturel que j'utilise à la Boulange paysanne. Ce « précieux » suppose soin et énergie mais renforce les matières et les fait grandir. Il en résulte une structure vivante, dynamique et en perpétuelle évolution.

Cette structure vivante du moment est plus que jamais portée par nos salarié.es, nos fourmis qui nous autorisent à diffuser leurs paroles pour décrire des réalités individuelles et collectives.

Pour Nathalie, « la situation est exceptionnelle et nous fait passer par diverses émotions. La propagation de la maladie dans le monde, le confinement. La peur d'avoir ce virus aussi, peur pour nos proches et pour nos collaborateurs. Aussi tout le travail et l'organisation que ça implique, la question « Allons nous y arriver, allons nous tenir ? » le doute... Mais le courage revient l'esprit d'équipe est là, et la récompense des clients qui nous remercient et nous encouragent, un grand merci à mes collaborateurs ».

Catherine pose « l'art d'apprécier le non-confinement où les salarié.es, majoritairement féminines, ne lâchent rien malgré l'exposition. Passées les inquiétudes, la vie continue ».

Marion souhaite s'arrêter sur le positif. « Chaque jour, nous recevons des témoignages de gratitude de nos clients. D'un simple regard ou d'un « comment va l'équipe ? » à d'autres qui nous font des dons de masques ou qui se proposent pour aller aider les producteurs aux champs. Cela ne balaye pas les inquiétudes, mais ça réchauffe le cœur de voir que le lien que nous tissons chaque jour avec nos clients ne se dément pas... voire même se réaffirme ici. »

« Nous ne sommes pas des héros écrit Séverine, on fait ce à quoi on croit et depuis toujours... élever nourrir vendre pour que notre lien soit le plus transparent entre consommateurs et producteurs... si cette crise réveille des valeurs en vous alors il faut s'en réjouir. Un peu de lumière... Moi j'y crois... ! »

Merci à toutes nos équipes salarié.es, paysan.nes, client.es, porteur.es extérieures,

Marie de la Boulange paysanne des 5 Sens



## Nicolas et Anne-Sophie

### La ferme

La ferme de Naot Breizh installée depuis 2017 à la Chapelle Chaussée (35), vous propose son poulet bio entier et découpé.

**Un poulet jaune dodu et charnu, une chaire tendre et goûteuse** que vous pourrez apprécier braisés en cocotte, en broche rôtis au four ou grillés au barbecue. **Retrouvez notre recette au verso !**

### Mon parcours

Ancien boucher de métier, je me suis reconverti suite à un accident de travail. Je suis passionné de volaille et je fais partie de la Société Bretonne d'Aviculture de Loisirs (concours avicoles, préservation de races, etc.).

Nous accueillons toutes les deux semaines 650 poussins de 1 jour dans des bâtiments mobiles de 75m<sup>2</sup> bâtis en auto-construction. Dès leur 6<sup>ème</sup> semaines, ils profitent de 4000m<sup>2</sup> en rotation sur deux parcours de prairie pour se dégourdir les ailes et gambader dans l'herbe fraîche (Prairie permanente non cultivée depuis une vingtaine d'année). Ils y trouvent dans celle-ci un apport protéinique naturel en complément avec l'alimentation bio fourni par l'UFAB (blé, orge, triticale, pois, maïs et protéine de pomme de terre...). Ils sont abattus tous les mardis dans un abattoir agréé CE à l'âge moyen de 94 jours.

**Nous vous garantissons un produit noble, sain et savoureux tout en respectant le bien-être animal.**



Nicolas et Anne Sophie

**Retrouvez-nous sur facebook :**  
La ferme de Naot Breizh

**Pour d'autres informations :**  
Naot.bzh@outlook.fr  
07.69.00.79.63.

Certifié par Ecocert FR-BIO-01



## Galline Felici

A Brin d'Herbe, on privilégie la **coopération entre producteurs**, c'est dans cet esprit de commerce

équitable Nord-Nord que nous avons développé un partenariat avec un groupement de producteurs sicilien « Galline Felici » (Poules heureuses).

Depuis 2 ans, de septembre à avril la majorité des agrumes (oranges, clémentines, citrons, mandarines, pamplemousses) que vous trouvez dans nos magasins proviennent de ce Consortium.

Dans la même veine que les producteurs de Brin d'Herbe de se regrouper pour proposer des produits de qualité rémunérés à un prix juste, une dizaine de paysans siciliens ont décidé de s'allier pour commercialiser ensemble leurs produits il y a 15 ans. Au début, ils écoulaient leurs récoltes auprès de GAS (Groupement d'Achat Solidaire) italien.

**Depuis Galline Felici s'est développé, on compte aujourd'hui une quarantaine de membres.** Le consortium loue aussi un entrepôt près de Catane (capitale sicilienne) où sont triés les agrumes et d'où partent les palettes pour la Sicile, l'Italie, la Belgique et la France toujours auprès d'associations de consommateurs ou de regroupements de producteurs (magasins paysans, vente en ligne, etc).

Si l'envie vous prend de visiter l'Est de la Sicile quand ce sera de nouveau possible, les producteurs de Galline Felici font volontier visiter leurs Fermes. Vous pouvez aussi les découvrir dans le documentaire « **Nul Homme n'est une île** » de Dominique Marchais- 2019. Un voyage à travers l'Europe à la rencontre de Femmes et d'Hommes qui ont décidé de prendre en main leur destin dans des territoires ruraux.

Gaetano, producteurs de Tangerines dans son verger, près de Noto

**Nous sommes siciliens,** amoureux de notre terre, peiné par ses blessures, déterminés à agir pour changer les choses.

**Nous sommes des agriculteurs,** qui pratiquons l'agriculture biologique depuis de nombreuses années certains depuis trente ans, certains ont renoncé à la certification, nous voulons continuer à vivre de cette agriculture.

**Nous sommes amis,** travaillons, luttons et transpirons ensemble depuis longtemps, dans l'espoir de créer un monde plus juste, défendant une agriculture respectueuse de l'environnement et de ses équilibres naturels.

Leur message de présentation sur leur site web (il y a une version en français) [https://www.legallinefelici.bio/fr\\_FR/](https://www.legallinefelici.bio/fr_FR/)



Marion, maraîchère à la Ferme des 5 Sens