La Feuille de d'ARZOAAR

N°220

Le coin des recettes

Gratin de céleri-rave et beaufort

Ingrédients pour 4 personnes
500 g céleri-rave
170 g de pommes de terre
340 g de crème épaisse
17 cl de lait
140 g de beaufort râpé
20 g de beurre
2 pincées de noix muscade moulue

Préparation
Préchauffez le four à 180°/th. 6.
Épluchez et râpez finement le céleri et les pommes de terre.
Mélangez les légumes dans un grand saladier avec la crème, le lait, la moitié du beaufort, le sel, le poivre et la muscade.
Versez dans un grand plat à gratin et parsemez avec le reste de beaufort et des noisettes de beurre.
Enfournez pendant 1 h.
Si le dessus brunit trop pendant la cuisson, couvrez-le de papier d'aluminium.

Quiche aux poireaux et à l'aillet

Ingrédients pour 4 personnes
1 pâte à tarte feuilletée
1 botte d'aillet
Quelques blancs de poireaux
3 œufs
4 cuillères à soupe de crème fraîche ou du lait
huile d'olive
3 gousses d'ail
sel
poivre du moulin

Préparation
Lavez, coupez en petits morceaux les légumes et faites les revenir dans une sauteuse avec un peu d'huile.
Laissez revenir doucement jusqu'à ce que les légumes soient tendres.
Préchauffez le four à 200°C (th.6-7).
Fouettez les œufs avec la crème ou le lait. Salez et poivrez et ajoutez les gousses d'ail hachées.
Etalez la pâte, piquez le fond, répartissez le mélange de légumes puis versez l'appareil. Enfournez 30 minutes.

Tarte aux patates douces

Ingrédients pour 4 personnes
300g de patates douces, 1 œuf ou 2 suivant la taille, 75g de beurre, 80g de sucre semoule, 1 pincée de cannelle, 1 pincée de muscade, 3.5 ml d'extrait de vanille, 1 pâte brisée

Préparation
Préchauffer le four à 180°C (thermostat 6).
Etaler la pâte dans un moule.
Faire cuire les patates douces dans l'eau bouillante durant 30mn. Les éplucher et les réduire en purée.
Mélanger la purée avec l'oeuf, le beurre fondu, le sucre, la cannelle, la muscade et l'extrait de vanille.
Verser le mélange sur la pâte et enfourner pour 45 à 50mn.

Retrouvez-nous sur notre page
Facebook « Arozoaar Cocagne »

FR-BIO-01
Agriculture France

LD Le mont d'Or – Tél. : 06 35 37 14 79 Mail : contact.arozoaar@gmail.com
www.arozoaar-cocagne.org

LA VISITE DES RUCHERS DE JACQUES, MARIE-ANDREE ET JEAN-FRANCOIS,
sur la Ferme du Mont d'Or, racontée par Delphine, ouvrière-maraichère

Mercredi 23 Mars, Delphine, Jenny, Jonathan, Florian et Viviane, présidente d'Arozoaar deviennent Apiculteurs d'un jour.

Nous sommes invités à assister à l'inspection des ruchers (7 en tout) à la sortie de l'hiver pour faire un état des lieux, un changement du fond des ruches, vérifier la présence de la reine et constater les éventuels dégâts et maladies.

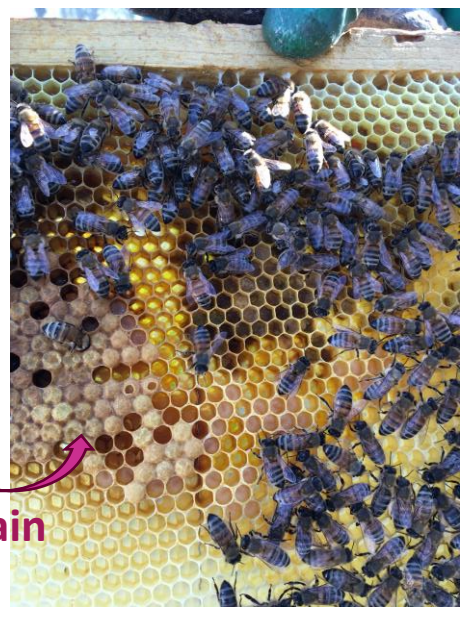
A partir du mois de Mars, c'est la bonne saison pour ouvrir les ruches; il n'est cependant possible de le faire que si la température extérieure avoisine les 12° C. Il fait 30-35° C à l'intérieur de la ruche. La première des visites de l'année au rucher reste un moment particulier.
L'ouverture des ruches est **un moment impressionnant et fascinant**.

On va utiliser l'enfumoir pour calmer les abeilles à chaque ouverture de ruche. Le fait d'utiliser de la fumée simule un incendie en forêt; les abeilles ont donc le réflexe de descendre au plus bas de la ruche et de se regrouper.

Premièrement, les apiculteurs procèdent au changement des fonds en plastique marron de chaque ruche par un fond tout propre afin de pouvoir plus tard laver et désinfecter les fonds déjà utilisés.

Ensuite, c'est l'ouverture de la première ruche.
La reine de la colonie d'un essaim d'abeilles commence à pondre ses œufs fin Janvier ou début Février pour remplacer les abeilles d'hiver de sa colonie. Allons voir si tout se passe bien !

Pendant que la ruche est ouverte, on observe où se situent les abeilles et la reine et on compte le nombre de cadres qui comportent des couvains (c'est l'ensemble d'œufs et de larves d'abeilles).
S' il y a au moins trois cadres de couvains, c'est très bien la ruche est en forme !



Nous sommes également invités à évaluer pour chaque ruche, les provisions récoltées par les abeilles et stockées dans les alvéoles qu'elles construisent en cire sur chaque cadre.
La ruche a besoin d'eau, de nectar, de pollen et de miel pour bien faire face aux derniers frimas de l'hiver et pour l'élevage des larves.

D'un point de vue sanitaire, il faut vérifier la possible contamination par des maladies, par le varroa (acarien de l'abeille) et également par d'autres insectes nuisibles.
Nous assistons à la fermeture des ruches et après cette visite nous souhaitons une bonne production de miel de printemps à nos amis les abeilles (et producteurs)!