LE PETIT RE-PORTEUR

N°00

On peut répandre la lumière de deux façons : être la bougie, ou le miroir qui la reflète. E. Wharton

Novembre 2020

HAÏKU DU MOIS *de Matsuo Basho*

古池や	*furu ike ya*	*Un vieil étang*
蛙飛びこむ	*kawazu tobikomu*	*Une grenouille plonge*
水の音	*mizu no oto*	*Le bruit de l'eau*

ÉDITO

NOUS VOILÀ REPLONGÉS *dans le vide du confinement…j'allais dire le vide sanitaire. C'est un peu ça. Sortir masqué, limiter les distances, la foule et les réunions festives ou familiales. Et bien sûr, fermer les commerces…Tous ? Non.*

Seuls les commerces dits ***essentiels*** *restent ouverts. Le mot* ***essentiel*** *réduit de facto nombre de commerces comme étant* ***non essentiels*** *c'est-à-dire superflus. Combien de ces entreprises, déjà essorées par le confinement du printemps dernier, survivront à une mort probable sinon programmée ? Le grand nettoyage a commencé.*

Les géants du commerce en ligne (forcément essentiels) engrangent des milliards pendant que les petits commerces ***superflus*** *plongent dans le chaos des faillites, des dettes et de l'angoisse du lendemain. Les augures nous avaient bien prédit «le monde d'après». Nous y sommes mais ne nous résignons pas. Nous pouvons être acteurs, initiateurs ou porteurs d'idées et de projets.*

Notre raison d'exister se confirme autant par la nécessité de continuer à soutenir les petits producteurs locaux que de proposer à nos adhérents des vivres sains, frais et remplis de joie.

PB

PORTEURS DE VIVRES

UN PROJET LOCAL ET COLLECTIF

DEPUIS LE 17 MARS À MIDI, date du début du premier confinement, de nombreuses situations individuelles se sont révélées problématiques.
En premier lieu, l'approvisionnement des personnes isolées souvent âgées et seules dans un contexte géographique éparpillé. **En second lieu**, les producteurs locaux de légumes qui, du jour au lendemain se sont retrouvés privés de leurs réseaux de commercialisation donc de leurs ressources. Que pouvions-nous faire en tant que citoyens responsables ? Nous organiser pour apporter à toutes et tous une nourriture saine et locale, c'est le défi relevé avec succès par le Collectif Citoyen **Vivre Ensemble à Champdeniers**.

Les échanges lors des réunions virtuelles ont permis d'identifier comment il était possible d'agir rapidement pour favoriser l'accès à une alimentation saine, locale, et à un juste prix. Ainsi est née **l'Association Porteurs de Vivres**, le 7 avril 2020.

L'objectif des Porteurs de Vivres est triple, soutenir et développer la production locale, offrir une alternative de choix au consommateur à un juste prix, tout en créant du lien social.

Rejoignez l'aventure humaine et agissez pour notre qualité de vie collective.

L'ASSOCIATION

FORTE DE SON EXPÉRIENCE et de ses engagements en tant que consomm'actrice, **Isabelle Aubian** a été élue présidente de l'Association Porteurs de Vivres. **Laurent Brechbiehl** a été élu trésorier et **Nelly Hay** secrétaire.

Si vous souhaitez rejoindre l'aventure en tant que bénévole, venez à notre rencontre lors d'une distribution le mercredi ou le samedi matin au local situé au 5 rue de Genève à Champdeniers, juste à côté de la Salle des Fêtes.

Pour plus d'informations, rdv sur **www.porteursdevivres.fr**

Isabelle, Nelly et Laurent lors du lancement de l'association en Avril 2020.

LE LIEN SOCIAL AU COEUR DU PROJET

UNE AVENTURE PORTEUSE DE SENS

Le siège social de l'**Association Porteurs de Vivres** est situé au Centre Socio-Culturel du Val d'Égray, un espace propice aux rencontres et au partage de compétences. Toute personne est invitée à rejoindre l'équipe des bénévoles, que ce soit pour participer aux réunions de projets ou pour préparer les commandes le mercredi dans la bonne humeur et le respect des normes imposées par le confinement !

À noter que le local de Porteurs de Vivres est situé au 5 rue de Genève à Champdeniers afin d'avoir espace et visibilité. Pour permettre un vrai choix de consommation, tous les producteurs locaux et autres fournisseurs sont présentés sur le site internet **www.porteursdevivres.fr.**

Depuis le tout début de notre aventure, la gamme de produits mis à la disposition de la clientèle s'est largement diversifiée. Les premiers légumes ont été rapidement rejoints par des conserves, viandes, pains, pâtes, farines, bières, jus de pommes, légumineuses,…bientôt du fromage et plus encore !

Nous avons rapidement investi dans du matériel de présentation. Des étagères et une grande table de travail en inox et une vitrine frigorifique conforme aux normes de conservation en vigueur.

RAPPEL: Les commandes se passent sur le site internet **www.porteursdevivres.fr** jusqu'au dimanche 23h. D'un maniement très simple, vous faites votre choix sur le catalogue et enfin de retirer votre panier le mercredi entre 17h et 20h. Les légumes et le pain sont du matin donc très frais. Chaque adhérent peut ouvrir un compte par virement ou chèque. On peut également payer à l'enlèvement.

Si vous souhaitez participer aux actions bénévoles de Porteurs de Vivres, rendez-vous le mercredi de 14h30 à 16h pour préparer les paniers. En période de confinement, merci de joindre François au 06 23 65 55 40, coordinateur des bénévoles.

OBJECTIF RÉDUCTION DES DÉCHETS

LES EMBALLAGES.
Ils sont légion et nous devons apprendre à remettre au goût du jour, paniers, filets et autre besace afin d'y enfourner nos…vivres.
Aussi, nous avons décidé de nous fournir en gros et de proposer une large gamme de produits d'épicerie sèche en sachet papier.Conditionnés de cette façon, nous pourrons éviter les sachets plastiques et ces tonnes de déchets dont on ne sait que faire. Ou si peu !
Nous avons également développé un cabas en draps recyclés avec Les Cousettes de l'Égray que nous proposerons bientôt à tous les adhérents. Chaque geste compte pour éradiquer de nos habitudes la croissance exponentielle des déchets que nous créons, soit environ 354 kg/habitant et par an de déchets ménagers en France selon l'ADEME - Agence de la transition écologique.

Nous allons organiser des ateliers thématiques autour des grandes questions environnementales de notre quotidien, n'hésitez pas à nous faire part des thématiques que vous souhaiteriez voir aborder.

NOTRE PATRIMOINE FRUITIER LOCAL

AUX MOIS D'AOÛT ET DE SEPTEMBRE, alors que nous étions encore libres de nos mouvements, nous avons organisé des cueillettes chez des particuliers qui nous ont amicalement permis d'accéder à leurs vergers en échange d'une partie de la récolte. Pommiers, poiriers et pruniers nous ont dispensé leurs trésors plein de vitamines. Une dizaine d'adhérent.e.s ont participé aux cueillettes et en ont fait, tartes, gâteaux, fruits au sirop et confitures. L'expérience sera reconduite l'an prochain dans les vergers et noieraies qui s'ouvriront à nous. Une belle expérience, un lien entre nous, un vrai partage. Merci à toutes et tous.

UN PROJET D'ÉPICERIE & DE BAR ASSOCIATIF

Pour vous permettre une plus grande souplesse d'accès et un partage amical inhérent au projet, nous avons décidé d'ouvrir le local le samedi matin de 9h30 à 12h30. Il sera donc possible sur ce créneau horaire de faire des achats directement au local (hors produits frais du mercredi).
Nous avions prévu d'ouvrir une buvette, mais le nouveau confinement va retarder ce projet. Nous attendrons patiemment…tout comme la réouverture des commerces dits « non vitaux ou non essentiels » selon le verbiage gouvernemental. Nous sommes solidaires des commerçants empêchés de travailler et tenons à leur témoigner notre soutien.

PETITE HISTOIRE DE LA COLOMBICULTURE

LA GASTRONOMIE DE NOS TERROIRS

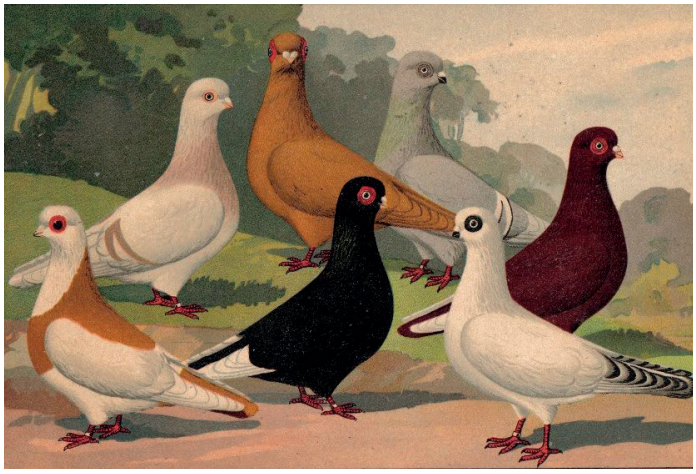
DOMESTIQUÉS pour leur intérêt militaire, les pigeons furent également élevés pour leur chair tendre. L'élevage des pigeons remonte à l'Antiquité. En témoignent les vestiges des énormes pigeonniers égyptiens, en forme de tour, qui pouvaient abriter plusieurs milliers de couples. Mais seuls les rois et leur cour avaient le privilège de déguster du Pigeonneau au cours de fabuleux festins. Les premiers dateraient du IIIème millénaire avant J.-C.

Au Moyen Âge, la noblesse se régale de Pigeonneaux farcis, cuisinés en pâtés, soupe, rôtis ou bouillis. Des recettes telles que « le Pigeonneau à l'orange » datent également de cette période.

Jusqu'à la Révolution Française, les colombiers étaient des symboles de la puissance et de l'autorité féodale, orientés vers les terres des vilains afin que les Pigeons aillent se nourrir sur leurs terres. Seul le seigneur avait le droit de chasser le savoureux volatile.

À partir de la Révolution Française, la nouvelle aristocratie, Danton et Robespierre en tête, se délecte de Pigeonneaux et, pour être approvisionnés, libéralise la possession des pigeonniers. Désorganisés par la Révolution, les élevages sont confiés à des amateurs qui n'ont pas le talent de sélectionneur de leurs prédécesseurs. Il faudra attendre la fin du XIXème siècle pour que cet élevage renaisse.

Par la suite, c'est sous l'impulsion de Gouffé, Favre, Escoffier que les fondateurs de la cuisine française donneront au Pigeonneau ses lettres de noblesse.



Pour accompagner pigeons ou pigeonneaux, certaines alliances sont particulièrement réussies. Il y a les légumes fétiches : choux, petits pois, purée de céleri, pommes de terre sautées, champignons frais, endives cuites, mais aussi les fruits favoris, figues, abricots secs, pommes ou poires, raisins, oranges, ou encore, châtaignes, olives, cerises, purée de pommes de terre, de brocolis ou de carottes.

GD

Le mois prochain nous vous présenterons un éleveur local M.Sicot ainsi qu'une recette festive à base de pigeonneaux, de quoi égayer nos assiettes et nos papilles.

LA RECETTE DU MOIS

LE BOEUF BOURGUIGNON OU ESTOUFFADE DE BOEUF

INGRÉDIENTS POUR 6 PERSONNES

1,5 kg de Boeuf à braiser
150 g de Lardons fumés
1kg de Carottes
150 g de Champignons de Paris
10 Oignons grelots
1 Gros oignon
2 Gousses d'Ail
1 Bouquet garni (thym, romarin, laurier, céleri)
4 Clous de girofle
75 cl Vin rouge corsé
2 cuil. à soupe Farine
30 g Beurre
4 cuil. à soupe d'huile d'olives
Sel /Poivre

RECETTE DÉTAILLÉE

1 - Coupez la viande en cubes de 5 cm. Coupez l'oignon pelé en quartiers et piquez-le de clous de girofle. Grattez et détaillez deux carottes en rondelles. Pelez et écrasez l'ail. Mettez le tout dans une terrine avec le vin et le bouquet garni. Ajoutez 2 cuil. à soupe d'huile et laissez mariner 24h couvert au frais.

2 - Égouttez la viande et sa garniture en réservant la marinade. Faites dorer la viande avec dans une cocotte. Retirez-la et remplacez par les ingrédients de la marinade. Remuez 5 min. Remettez la viande, saupoudrez de farine et faites dorer 5 min. Ajoutez le vin filtré, le bouquet garni, salez, poivrez. Couvrez et laissez mijoter 2 h 30.

3 - Pelez les oignons grelots, faites-les revenir 5 min à couvert avec le beurre. Retirez le couvercle et laissez-les dorer sur feu doux. Poêlez les lardons jusqu'à ce qu'ils soient dorés et égouttez.

4 - Faites sauter les champignons en morceaux dans la poêle des lardons. Grattez les carottes restantes, émincez-les et ajoutez-les dans la cocotte. Poursuivez la cuisson 40 min à découvert jusqu'à ce que les carottes soient tendres.

5 - Ajoutez les oignons, les lardons, les champignons et portez à vive ébullition. Servez chaud accompagné de pommes de terres ou de tagliatelles.

Si vous souhaitez partager vos recettes dans le Petit Re-Porteur, envoyez-les à porteursdevivres@gmail.com

LE LIVRE DU MOIS

COMME UNE BOUTEILLE À LA MER ! - Collectif - Éd. La Grange de Mercure - 10 EUR

UNE MAISON D'ÉDITION locale, La Grange de Mercure, dont le siège est situé à Xaintray (79), a eu l'idée de lancer un concours d'écriture pendant le premier confinement sur le thème éponyme.
Ce concours s'adressait aux «naufragés du COVID» pour leur permettre de s'exprimer sur cette période inédite. De nombreux auteurs en herbe se sont donc lancés, ont osé écrire et ont lancé leur « bouteille à la mer » dans l'espoir que leur message soit retenu pour laisser aux générations futures des traces de cet épisode planétaire. Le succès d'une telle initiative a largement dépassé les contours de la région, des textes sont parvenus de toute la France.

Une sélection a été effectuée par un jury et un ouvrage collectif intitulé « comme une bouteille à la mer » a vu le jour à partir de contributions individuelles.
Les cent un textes originaux revêtent différentes formes littéraires, du poème, en passant par la nouvelle, le monologue, le récit, le témoignage, l'acrostiche ou encore des haïkus.
Toujours est-il que cet ouvrage est la démonstration de la grande créativité dont chacun peut faire preuve même en situation de crise aussi grave que celle que nous connaissons et qu'il est fondamental de continuer à créer, d'écrire et de penser.

Une de nos adhérentes et bénévole de l'Association ***Porteurs de Vivres*** a contribué à l'élaboration de cet ouvrage, en espérant vous donner l'envie de le découvrir dans son intégralité, nous vous livrons un morceau choisi de son texte… L'ÉLECTROCHOC

L'ÉLECTROCHOC ?

Je suis apparu en Chine voilà quelques mois déjà, sur un marché insalubre à Wuhan ou dans un laboratoire voisin.
On m'a baptisé CORONAVIRUS.
Après avoir facilement voyagé, je suis arrivé en France, où je me suis installé depuis à peine deux mois, que déjà les premiers effets se font ressentir, et que j'entends des remerciements !
- merci pour avoir inversé l'échelle des valeurs en plaçant au premier rang les premiers de corvée (éboueurs, manutentionnaires, livreurs, caissières …) et en reléguant dans l'ombre les premiers de cordée, dont vous avez pu vous passer aisément,
- merci pour avoir rendu visibles les invisibles, tous ceux dont la valeur travail est si peu rémunérée,
- merci pour avoir révélé ce que l'on ne peut plus cacher, comme les violences conjugales, devenues un véritable fléau,
- merci pour avoir mis en évidence le rôle de femmes qui sont au cœur de tous les process vitaux, le « care », comme elles l'ont toujours été dans les conflits mondiaux, puis si vite oubliées …
- merci pour avoir réveillé l'expression d'intellectuels qui produisent des textes de grande qualité vous engageant à mener de nombreuses réflexions sur le monde dans lequel vous viviez et sur celui que vous devrez construire pour demain,
- merci pour avoir réhabilité un peu partout le sens du mot solidarité qui vient percuter de plein fouet l'individualisme et permet de retisser des liens totalement disparus, notamment en soutien des personnels soignants mais pas seulement,
- merci pour avoir mis en évidence l'importance de la prévention et de la précaution tant au plan sanitaire, qu'alimentaire, après vous avoir démontré très rapidement les limites d'un marché mondialisé,
- merci pour avoir accordé une pause à la planète qui devrait vous être si chère et que l'homme s'emploie au nom du profit à détruire à petit feu,

Bien sûr la note est un peu salée, beaucoup de morts sont à déplorer, la crise économique va être sans commune mesure avec ce que vous avez connu …
Mais si je voulais être pris au sérieux, pouvais- je faire autrement ?
À moi seul, petit virus microscopique, j'ai bouleversé le monde entier.

J'entends tous ces mercis en réponse au coup de semonce que je vous lance et je vous invite à revoir sérieusement la conduite du «monde d'après», pour que vos morts ne soient pas «morts pour rien»…
Car je suis encore là et ai plein d'autres amis. Il existe d'autres corona, vous le savez, … qui pourront se mettre en action et venir achever ce que j'ai engagé.
Mais attention les forces du pire sont encore capables d'étouffer celles du meilleur qui sont encore dispersées et doivent trouver le moyen de se retrouver autour d'une alternative au système capitaliste responsable de la situation que nous connaissons aujourd'hui, pour être entendues.

le 25/04/20
Annick PAPOT

«Amitiés à toutes et tous et bon courage dans ces moments difficiles.»
L'équipe du Petit Re-Porteur

LE PETIT RE-PORTEUR est édité par l'Association PORTEURS DE VIVRES - Place Porte Saint Antoine - 79220 Champdeniers
Directrice de la Publication: Isabelle AUBIAN - **Comité de Rédaction:** Pierre BREILLAT - Annick PAPOT - Christelle - Guillaume DUMOULIN
Conception graphique: Guillaume DUMOULIN - **Crédits:** Ass. Porteurs de Vivres, Éd. La Grange de Mercure
Imprimé à Champdeniers grâce au soutien du Centre-Socio Culturel du Val d'égray - Merci à eux.
N°OO - Novembre 2020 - EXEMPLAIRE GRATUIT - Ne pas jeter sur la voie publique