

Restauration scolaire : du bio dans mon assiette

De plus en plus de restaurants scolaires introduisent des produits bio dans les repas des élèves.

Sur Belz, les enfants mangent des pommes de terre bio toute l'année et régulièrement des yaourts, de la salade et autres produits. Sur Languidic et Kervignac, présence d'au moins un produit bio par repas.

Poulet en croûte de pomme de terre

Pour 6 personnes :

- 1 poulet de 1,5kg
- 800g de pomme de terre
- 1 œuf
- 50g de farine
- 50g de beurre
- sel et poivre



- 1) Eplucher et laver les pommes de terres, puis les faire cuire 25 min à l'eau froide.
Lorsqu'elles sont cuites, les passer au presse-purée.
Dans un saladier, ajouter la farine et mélanger.
- 2) Préchauffer le four à 170-210°C
Beurrer, saler et poivrer le poulet. Tartiner uniformément de purée et, une fois bien enrobé, mettre dans un plat.
Badigeonner entièrement avec l'œuf battu et enfourner 1h
- 3) Après cuisson, casser délicatement la croûte et découper le poulet, servir aussitôt.

Le conseil d'Anne-Isabelle Garvec
(cuisinière du restaurant scolaire de Belz)

Une variante délicieuse et plus connue de cette recette, c'est le **poulet en croûte de sel**. Simplissime ! Il suffit d'entourer le poulet de gros sel mélangé avec un peu d'eau, de farine et quelques aromates comme du thym, du romarin, ... Quand le poulet sort du four, il n'y a plus qu'à casser la croûte au marteau et la volaille révèle tous ses arômes, les plus fins et subtils.

Suggestion : accompagner ce plat par un gamay de Touraine
L'abus d'alcool est dangereux pour la santé

Bon appétit !

semaine pour les alternatives aux pesticides

20 au 30 mars 2012

La semaine pour les alternatives aux pesticides (ou semaine sans pesticides) a été initiée par les membres de l'ACAP - Action citoyenne pour les alternatives aux pesticides - en 2006. Elle est coordonnée au niveau national et européen par le MDRGF - Mouvement pour les droits et le respect des générations futures.

Sur le bassin versant, le Syndicat mixte de la ria d'Étel apporte son soutien à l'opération, en organisant une série d'évènements et de rencontres sur tout le territoire.

Renseignements et contacts :

Mairie de Belz : 02 97 55 33 13

Mairie de Kervignac : 02 97 65 77 06

Mairie de Languidic : 02 97 65 19 19

Syndicat mixte de la ria d'Étel

20, route des 4 chemins

56 550 Belz

Tel : 02 97 55 25 64

www.ria-etel.com

Design : pootshee@gmail.com

Impression : Imprimerie de la rivière



semaine pour les alternatives aux pesticides

20 au 30 mars 2012

*Projection de films, troc vert,
animations, ateliers,
repas bio, expositions, spectacles...*



*De nombreuses activités
pour s'informer
sur les pesticides et
leurs alternatives*

**BELZ . ETEL
KERVIGNAC . LANGUIDIC**

Entrée libre et gratuite



BELZ



21 mars 11h - Bibliothèque

Conte : le voyage d'une abeille à travers le monde

24 mars 9h30 - 12h30 - Place de la longère

Jardinage au naturel, M. Casalis – jardinier

- Conseils pratiques (outils, choix des plants, vie du sol, etc.)
- Présentation de quelques plantes médicinales locales ou de culture facile, utilisées en "médecine familiale"

Produits bio : de la ferme à l'assiette

- Légumes, Ferme de Kério
- Pain, Pain des dunes
- Biocoop de Belz



Abeille et jeux bretons - Ecomusée de Saint-Dégan

- Le royaume du miel et sa reine
- 8 jeux bretons à essayer

Se débarrasser de ses pesticides

- Collecte des anti-limaces, désherbants, etc. non utilisés ou périmés

Ma commune sans pesticide

- Exposition du matériel de désherbage utilisé pour réduire l'utilisation de pesticides et informations sur les pratiques de désherbage
- 10h : découverte des espaces communaux gérés sans pesticides. Circuit commenté avec explication des choix de la commune pour réduire l'utilisation des pesticides. Non, les trottoirs ne sont pas sales mais entretenus différemment !

20-26 mars - salle des mariages, Mairie

Exposition

- "Abeilles et biodiversité" du Syndicat apicole du Morbihan



ETEL



25 mars 17h - Film et débat Ciné la Rivière

Gratuit : projection de **"Pollen"** (1h17), un film de Disneynature, suivie d'un débat avec M. Lanio et d'un pot offert par la Biocoop de Belz

Les fleurs : symbole de la beauté à l'état pur. Fragiles et mystérieuses, délicates et gracieuses, elles sont l'avenir de la terre. Mais sans leur histoire d'amour avec les "pollinisateurs", rien ne serait possible.



LANGUIDIC



7 mars 11h - Médiathèque EMA* - Conte

- Le voyage d'une abeille à travers le monde

30 mars 20h30 - Auditorium EMA* - Film (52 mn)

- Projection gratuite du film "Guerre et paix dans le potager" : un conte original et extraordinaire, qui raconte les aventures et les péripéties de toutes les créatures qui composent le potager et de quelques géants : les jardiniers !

30 mars 9h-13h - Sur le marché

Jardinage au naturel (Cap L'Orient et Tarz Héol)

- Conseils pratiques
- Présentation de matériel

30 mars 14h-17h - Parking UKL Lanveur (Cap L'Orient)

Compost et jardinage au naturel

- Documents et conseils pratiques
- Délivrance de compost biologique

20-30 mars - Ecoles primaires

- Activités autour des "abeilles et la pollinisation"
- Intervention de M. Faucheur, apiculteur, sur la découverte de la ruche
- Le midi : menus à base de miel

*EMA : espaces des médias et des arts

KERVIGNAC



24 mars 10h30-14h - salle polyvalente Kernours

Atelier cuisine - Mme Runigo

- A base de légumes anciens et de fleurs comestibles

Inscription obligatoire auprès de la Mairie 02 97 65 77 06



25 mars 9h30 - 13h - Place de l'église

Troc vert : échangez vos plantes, graines

et repartez avec vos plants ou objets coup de cœur après échange ou contre une somme modique...

Opération compost (CCBBO)

- Apprendre à trier les déchets
- Connaître les principes et les étapes du compostage
- Découvrir les acteurs du compostage et possibilité de retirer un composteur pour les habitants de Merlevenez, Nostang, Plouhinec, Kervignac et Sainte-Hélène

Expositions

- Ma commune sans pesticide : exposition photographique sur le changement des pratiques d'entretien des espaces communaux pour diminuer l'utilisation de pesticides
- Semences et légumes anciens : présence de l'association Liorzhou pour commenter les panneaux et échanger des graines
- Bouquets de jardin réalisés par des particuliers

Espace enfant

Coloriages autour du jardinage et de la biodiversité

27 mars - 2 avril - Médiathèque - Expositions

- Semences et légumes anciens de l'association Liorzhou
- Des communes et des jardins sans pesticides, pourquoi ? Comment ? (MCE)

4 avril 15h30 - Médiathèque - Conte

- Le voyage d'une abeille à travers le monde



Centre de loisirs

Projet de mise en place d'un jardin potager

Demi-journée de sensibilisation autour du jardinage au naturel auprès des animateurs et des bénévoles intéressés par le projet - M. Casalis - jardinier