JEUDI 23 JANVIER 2020

# La feuille de chou n°999

42 rue du chemin vert
95460 Ezanville

Plaine de vie
Cultivons la solidarité

01.39.35.27.36

## CONTENU DU PANIER

Paniers de base à Bouffémont : radis, potimarron, poireau, oignon, carotte
Paniers de base à saint-Brice : radis, potimarron, poireau, oignon, carotte
Paniers de base à Saint-Leu: poireau, potimarron, oignon, carotte, pomme de terre
Paniers de base à Ezanville: poireau, potimarron, oignon, carotte, pomme de terre
Paniers de base chez Noveal: poireau, potimarron, oignon, carotte, pomme de terre
Paniers familiaux Bouffémont: épinard, poireau, potimarron, oignon, carotte, pomme de terre
Paniers familiaux Saint-Brice: radis, poireau, topinambour, potimarron, oignon, carotte, pomme de terre
Paniers familiaux Saint-Leu: épinard, poireau, topinambour, potimarron, oignon, carotte, pomme de terre
Paniers familiaux Ezanville : radis, poireau, topinambour, potimarron, oignon, carotte, pomme de terre
Paniers familiaux: épinard, poireau, radis noir, topinambour, potimarron, oignon, pomme de terre

## Gâteau sucré aux épinards et chantilly

6 Personne(s)
Ingrédients
200 g d'épinards hachés
120 g de sucre semoule
120 g de farine
6 cl d'huile de tournesol
6 cl de lait
3 œufs
1 bombe de chantilly ou chantilly maison
1 sachet de poudre à lever
1 sachet de sucre vanillé
Quelques baies rouges pour la déco
Préparation 20 min
Préchauffez le four à 160°C.
Dans un saladier, fouettez vivement les œufs avec le sucre. Ajoutez l'huile, le lait et les épinards. Mixez.
Ajoutez la farine, le sucre vanillé et la levure préalablement mélangés, puis fouettez ou mixez à nouveau.Versez dans un moule en silicone et enfournez pour 40 min environ. À la sortie du four, laissez refroidir avant de démouler.Coupez le gâteau en deux dans l'épaisseur pour obtenir deux fines galettes. Nappez-en une de chantilly, puis recouvrez avec la seconde.Décorez de chantilly, de baies rouges ou même de pousses d'épinard !

Bonjour

J'ai le plaisir de vous inviter à une soirée samedi 25 janvier à 20 h 30 au Centre de Loisirs de Bouffémont. Entrée libre et gratuite.

Après l'annulation d'Europa City, il est important de connaitre et de soutenir un projet alternatif sur Triangle de Gonesse : CARMA, en toutes lettres :"Coopération pour une Ambition Rurale et Métropolitaine d'Avenir".

Au lien de bétonner cet espace, il s'agit de recréer une ceinture de cultures alimentaires autour de Paris, d'y créer des emplois et de développer tout un territoire.

Plaine de Vie participe à son niveau au maintien et à l'expansion des terres agricoles nourricières en banlieue de Paris.

Anne Gellé, administratrice de Terre de Liens Ile de France et membre active de CARMA nous présentera ce projet et répondra à nos questions.

Bien amicalement

Catherine Schouweiler Tél. 06 84 44 84 75

Pour l'ADREC (Association pour la Défense et le Respect de l'Environnement et du Cadre de vie, à Bouffémont, encore un sigle bien compliqué !)

**Les vacances nature reprennent du service dès le mois prochain avec au programme dans le désordre: Chasse au trésor, découverte des insectes, éveil des sens, potager maison...**

**Inscription auprès de Marine sur : animation-nature@plainedevie.org**

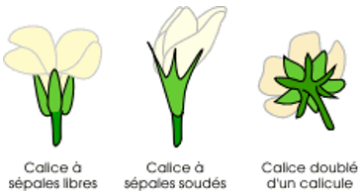
Les fleurs

Seul le sous-embranchement des Angiospermes (plante à fleur) est caractérisé par la présence de fleurs qui après la reproduction se transforment en fruits. Les autres grands groupes de plantes (Bryophytes, Ptéridophytes, Préspermaphytes et Gymnospermes) ne possèdent pas de fleurs et donc n'ont pas de fruits. Leur reproduction se fait à partir de spores (Bryophytes et Ptéridophytes) ou d'ovules nues (Préspermaphytes et Gymnospermes) qui après reproduction se transforment en graines nues. Nous ne nous intéresserons donc ici qu'au sous-embranchement des Angiospermes.

Les différentes parties La fleur correspond à un ensemble de feuilles modifiées, en enveloppe florale et en organe sexuel, disposées sur un réceptacle. Un pédoncule la relie à la tige.

Une bractée, sorte de petite feuille, est souvent présente à la base des fleurs, au point d'attache du pédoncule sur la tige.

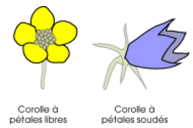
Le périanthe Il correspond à l'ensemble des enveloppes florales : le calice et la corolle.




Calice fleur

Le calice : Il occupe la position la plus externe. Il est constitué de sépales généralement verts, mais pouvant avoir la couleur de la corolle. Les sépales peuvent être soudés entre eux, sur toute leur longueur ou à leur base.

Quelques fois il existe des sépales supplémentaires, décalés par rapport aux autres, qui constituent un calicule (Potentilles).




Corolle

La corolle : Enveloppe intérieure, formée par l'ensemble des pétales. Généralement de couleur différente du calice. Les pétales peuvent être soudés aux sépales ou entre eux sur une longueur plus ou moins grande, ce qui donne une fleur en cloche ou en tube.

Tépale

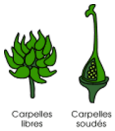
Les tépales : Chez les monocotylédones, calice et corolle ont le même aspect, on parle alors de tépales au lieu de sépales et pétales (Colchique, Crocus, Glaïeul, Narcisse…).

Partie mâle ou androcée

Etamine

Elle est composée d'étamines. Celles-ci sont formées d'un filet qui porte une anthère (grâce au connectif). On peut souvent distinguer 2 loges dans une anthère comprenant chacune 2 sac polliniques qui contiennent les grains de pollen (gamètes mâles). Les étamines peuvent être soudées aux pétales, ou être soudées entre elles par le filet ou même par les anthères.

Le pollen est transmis par anémogamie (le vent), entomogamie (les insectes), hydrogamie (l'eau courante) ou par certains oiseaux et mammifères (particulièrement les chauves-souris).

Partie femelle ou gynécée (pistil)

Le gynécée ou pistil est composé de carpelles, qui sont libres ou soudés. Un carpelle est constitué d'un ovaire, d'un style et d'un stigmate. L'ovaire peut être simple ou composé (par soudure des carpelles), et contient les graines. Un ou plusieurs styles relient le ou les stigmates à l'ovaire. Les stigmates ont pour rôle de capter les grains de pollen.