



*Confitures, Gelées, Bonbons de fruit, Crème de marron, Fruits secs*

# **Lettre** n°16

[www.icimeme64.fr](http://www.icimeme64.fr)

## **Septembre 2024**

Cette lettre « électronique » délivre des informations sur la vie et les nouveautés de la **Maison Ici Même**. Vous êtes ainsi renseigné.es sur les cultures, le travail, la production et les rendez-vous de Pascale de Charentenay depuis sa ferme Urrutigaraia perchée sur le pic Belchou.

Ce fichier pdf comporte 4 pages en comptant celle-ci. N'oubliez pas de les faire défiler.

## **Prochaines ventes :**

**Vendredi 20 septembre 8h/12h :** marché de Saint-Palais sous la halle

**Attention :** je serai absente lors du marché d'Urt du 20 septembre

**Samedi 21 septembre 10h/14h :** Licq-Atherey, fête de la transhumance

... Voir la suite en page 4



# Y a plus d'saisons !



Les fruits de la fin de l'été abondent et déjà ceux de l'automne nous font des signes, quelques châtaignes et noix tombent sous les coups de vent et de pluie répétés. Les platanes jaunissent précocément, certains fruitiers aussi, est-ce le signe du changement climatique ou le ras-le-bol de la pluie et des températures basses exprimé par les végétaux ?

Déjà la cuisinière a chauffé, on a remis les pulls, remisé les hamacs et les chaises longues, commandé le bois.

Cette année j'ai fait un appel auprès des particuliers débordés par leurs fruits. Ceux qui le souhaitent m'ont donné leur surplus de fruits que j'ai transformé en **Confitures des Jardins** de Paulette, Ingrid, Chantal, Isabelle, Brigitte, Noël, Bertrand, Beñat, Jean. Ces confitures non-bio, mais issues de jardins non traités m'ont permis de mieux connaître, rencontrer des jardinières et des jardiniers passionnés, sympathiques et généreux et de vous proposer à tous le fruit de cette coopération vertueuse à travers la collection «**Confitures des Jardins**».

## Vie du verger

La production de petits fruits a été très bonne et n'est pas terminée, excepté pour les groseilles entièrement boulottées par de mignons petits rongeurs dont les chats ne sont pas venus à bout. Il faut dire qu'ils ont fort à faire avec les rats taupiers qui nous ont laissés tranquilles cette année (grâce aux chats ?).

La fraise a été un peu plus difficile à cause du mauvais temps mais finalement ce n'est pas si mal.

Martin (stagiaire) et moi avons pu suivre le rythme fou de la pousse de l'herbe en tondant girobroyant, débroussaillant, désherbant, tous les 15 jours.

Nous avons greffé les arbres du verger du haut dont la greffe n'avait pas pris. J'espère que cette fois-ci sera la bonne.

Concernant les arbres déjà à fruit, ils ont moins donné cette année alors que la floraison était magnifique. Probablement un problème de pollinisation dû au temps froid du printemps, les abeilles étant trop frigorifiées pour sortir polliniser.



Il reste les pommes et les pérouilles à ramasser, les pérouilles sont abondantes heureusement, les figues également, quelques physalis, viendront ensuite les feijoas et cette année je vous l'annonce déjà, je ne ferai pas de crème de marron. Bien sûr je ramasserai des châtaignes pour les faire griller ou en soupe, j'en apporterai au marché de St Palais pour les amateurs.

Début août, à l'initiative de BLE, des productrices de petits fruits sont venues en visite; matinée riche en échanges, trucs, astuces, problèmes rencontrés, solutions essayées. Cela permet de repartir motivée et forte de l'expérience commune

## L'atelier de transfo

Je parade tous les jours dans mon bel atelier. La vie est beaucoup plus simple, moins de portage de sacs, de pots, de monter/descendre et j'ai Ma cuisine à moi toute seule comme disent les enfants.

J'ai pu faire de nouvelles préparations, sirop de fruits, compote, de nouveaux essais comme la poire/noix qui sera une petite merveille sur le froid gras de Noël.

Les fruits des jardins amis m'ont permis de m'exercer à plein dans ce nouvel espace confortable et je remercie tous les généreux donateurs.

## J'y serai :

**Fête de la transhumance à Licq Athérey le 21 septembre** et son marché de producteur de 10h à 14H  
Concours de fromage, exposition de vaches grasses, descente de troupeaux et autres animations

**Festival des herbes folles le 20 octobre à Bellocq** et son marché paysan de 10h à 18H  
Atelier, conférences, animations et concert de clôture.



## Côté points de vente

Mon amie Céline, coiffeuse à Bayonne, et l'un de mes meilleurs points de vente a fermé son salon pour partir vers d'autres aventures. Si vous connaissez un autre lieu souhaitant accueillir mes confitures sur Bayonne ou le BAB, je suis preneuse.

La politique de nombreux magasins bio reliés à des chaînes de la grande distribution est de ne pas se fournir auprès des petits producteurs locaux, ce qui est regrettable, car quoi de plus vertueux que de passer du producteur local au consommateur local sans intermédiaire. Tout le monde y gagne, le petit producteur qui pourra vendre au juste prix rémunérateur, le magasin

## Côté lectures

Je suis fan de **Jean-Baptiste Mau-det**, il nous emmène avec sa langue poétique voyager dans les steppes russes *Des humains sur fond blancs*, en Amazonie avec *Tropicale tristesse*, au Mexique dans *Matador Yankee*. Ses personnages tous cabossés par la vie, sont épris de liberté, de vérité, de nature. Ils nous ressemblent par leur complexité mais non par leurs aventures, ils prennent des risques sans en avoir le goût, nous font sourire ou pleurer. Lisez le vite si ce n'est déjà fait.

Côté agricole, je vous conseille le livre de **Mathieu Calame**: *La révolution agro-écologique, se nourrir demain*. Il y prône une révolution agricole qui passe par la transition énergétique, l'agriculture durable, la diminution de l'alimentation carnée et la réhabilitation de l'agroforesterie.

qui sera livré en quantité et qualité demandée avec une origine des produits garantie et vérifiable, le consommateur qui n'alimentera que l'économie utile et non le transport et le stockage de la marchandise, préservant ainsi la planète, les terres et sa santé.

Cette politique pousse à la création de magasins de producteurs au prix d'un énorme travail de ces derniers et de groupements d'achat de particulier qui tentent de recréer une économie plus raisonnable avec des produits bio et locaux mais cela ne concerne qu'une toute petite partie de la population en capacité de s'organiser, avec des réseaux, et même dans ces conditions bien souvent ces circuits s'essouffent.



On couple ça avec des initiatives comme celle du collège st Vincent à Hendaye: toilettes sèches et récupération des urines pour amender les cultures à la place des engrais chimiques. Du pur circuit court, qui redonne sens à l'ensemble de la chaîne du vivant et propose une solution à notre excès de consommation d'eau ainsi qu'à la pollution de nos plages par les débordements de nos stations d'épuration.

## Recette de saison

### Poêlée de septembre

Il est plus que temps, surtout si l'on n'a pas le temps, de recourir aux légumes et aux fruits de saison.

Le soir venu, rentrant du travail, fatigué et pris de court, prenez ce qui vous tombe sous la main, oignons, courgettes, tomates, poivrons rouges ou verts, peut-être des aubergines. Bio évidemment, et près de chez vous si ce n'est chez vous, et fermes et point trop gros, surtout les courgettes

Coupez tout ça comme vous pouvez, mais le mieux, c'est de le faire dans un sens, puis dans l'autre, afin de les transformer en petits cubes de 5 mm maxi, le mieux serait d'épépiner et de peler les tomates, gardez la peau des aubergines et des courgettes, le mieux serait de peler les poivrons et d'épépiner les courgettes, mais faites comme vous pouvez, l'important est de vous retrouver avec les petits cubes de chacun des ingrédients.

Pourquoi des petits cubes? parce que c'est joli dans l'assiette et ça rentre mieux dans la bouche, mais surtout parce que ça met beaucoup moins de temps à cuire. Alors, vous pouvez tout mettre d'un coup dans une poêle avec un peu d'huile végétale et du sel (mais point trop) et laisser cuire à feu moyen en remuant de temps en temps. Au début vous couvrez afin que l'eau des légumes fasse son travail de cuisson, mais rapidement il faudra découvrir afin que l'eau s'évapore (attention, je parle de l'eau contenue naturellement dans les légumes, il ne faut pas ajouter l'eau du robinet, surtout pas, nom d'un petit cheval!)

Mais le mieux si vous disposez d'un peu plus de temps que celui que vous avez, c'est de cuire d'abord les oignons et les aubergines puis les courgettes, puis les poivrons et enfin les tomates. Et surtout, surveillez la cuisson, ça va vite, il ne faut nous retrouver avec de la purée de légumes à l'arrivée mais avec des tas de petits cubes cuits et croquants qui vont être un régal dans la bouche.

Le mieux, c'est de goûter en fin de cuisson, d'abord pour savoir si c'est cuit selon votre goût, mais aussi pour rectifier l'assaisonnement parce que le sel du début n'était pas fait pour saler mais pour attirer l'eau des légumes afin de la faire travailler.

De cette recette, on peut tirer toutes sortes de variantes, végétariennes ou non, des cubes de ventrèche fumée se porteront très bien dans cet environnement, tout comme l'emploi d'ail, d'herbes aromatiques ou de piment, c'est à vous d'imaginer d'autres choses, l'important c'est d'aimer... si vous avez juste un peu de temps.

Retrouvez toutes nos recettes sur [www.icimeme64.fr](http://www.icimeme64.fr)



Confitures  
Gelées  
Bonbons de fruit  
Crème de marron  
Fruits secs



### Un village, une montagne, une ferme

Hosta est situé au cœur du Pays Basque entre Basse-Navarre et Soule, au pied du pic Belchou. Ma ferme, « Urrutigaraia », est juchée à 430 m sur le versant sud-ouest du Belchou, bordée par deux prairies et entourée de forêts.

### Des confitures

Arboricultrice en bio, j'élève mes arbres et mes petits fruits au plus près de la nature, sans traitements ni engrais, cueille et transforme artisanalement dans la limite de ma seule force de travail pour une petite production de qualité.

### Des livres, du bonheur

Ponctuellement et pour alimenter mon bonheur, j'édite des livres de botanique, de cuisine et de littérature.

### Tarifs direct producteur Confitures et gelées bio

260 g : 4 euros

Framboises  
Fruits rouges  
Mûre  
Mûre-Rhubarbe  
Mûre-Raisin  
Poires-Noix  
Pêches  
Cassis  
Prunes  
Kiwi  
Citron

### Sirops bio, 25 cl, 3 euros :

Cassis, Mûre, Clémentine

### Crème de marron

360 g : 8 euros

### Vente directe sur place :

Pascale de Charentenay,  
437, chemin d'Urrutigaraia, 64120 Hosta  
06 37 42 72 28 •

icimeme64@gmail.com

[www.icimeme64.fr](http://www.icimeme64.fr)

### Confitures des Jardins

260 g : 4 euros

Figue  
Poire  
Poire-Pomme  
Pêche  
Quetsche  
gelée de pomme

### Compotes des Jardins

330 g : 3 euros

Pomme  
Poire-Pomme  
Pêche

### Sirops des Jardins, 25 cl, 3 euros :

Pêche, Poire

### Prochaines ventes :

**Samedi 21 septembre 10h/14h :** Licq-Atherey, fête de la transhumance

**Dimanche 20 octobre 10h/18h :** Festival des Herbes folles à Bellocq.

Marché de Saint-Palais vendredi matin semaine paire.

### Points de vente permanents :

**L'Épicier bio**, 5, Rue des Pluviers, ZA du Forum, 64100 **Bayonne**

**Ona ta bio**, 64240 **Itxassou**

**Sabaia**, épicerie associative, 64120 **Larceveau**

**Xibero bio**, 49 bd Gambetta, 64130 **Mauléon**,

**Épicerie Bio** 64120 **Saint-Palais**

**Les récoltes du monde** 2 rue de l'église, 64220 **Saint-Jean-Pied-de-Port**

**L'épicerie sans fin** 2, rue Léon-Bérard 64390 **Sauveterre-de-Béarn**

**Chez Flo bio**, 1 place de la résistance, 40220 **Tarnos**

**Magasin de producteurs**, 64470 **Trois-Villes**

**Gustoki**, Josie vous propose une gamme étendue de produits issus de producteurs locaux du Pays Basque, en ligne, avec livraison et drive sur la côte, regardez son site pour trouver ses points de livraison, <https://www.gustoki.eus/accueil>

**RAPPORTEZ-MOI LES POTS VIDES SVP**