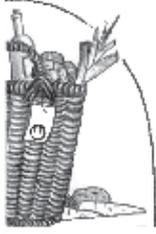


Unser
Biokorb
Notre
PanierBio



La tête dans le Panier ou quelques nourritures immatérielles

EDITORIAL



©MWOLHAUSER, GRAND MARCHÉ BIO DU 28 SEPTEMBRE 2013 SUR LA PLACE G. PYTHON, FRI BOURG.

Sécurité ou souveraineté alimentaire ?

Notre Panier Bio se sent interpellé par les initiatives qui semblent se multiplier cette année dans le domaine de la politique agricole. Il est beaucoup question de sécurité ou de souveraineté alimentaire, deux préoccupations tout aussi légitimes, mais qui recouvrent des ambitions différentes (lire article page 4 et 5).

Les paysans (principalement du sud) réunis pour créer le concept de souveraineté alimentaire (SA) avaient deux objectifs : s'opposer au modèle de production et de distribution dominé par les intérêts privés, mais aussi soutenir l'économie locale et lutter contre la faim et la pauvreté. Les six piliers de la SA sont: la priorité donnée à l'alimentation des populations, la valorisation des producteurs et productrices d'aliments, l'établissement de systèmes locaux de production, le renforcement du contrôle local, la construction des savoirs et des savoir-faire, et enfin le travail avec la nature.

La SA prône en somme un autre modèle de société. Quant à la sécurité alimentaire, son but est essentiellement de nourrir le pays. Mais encore faut-il se demander comment. L'initiative USP-UDC laisse à notre avis beaucoup de questions et de problèmes sans réponse, notamment le gaspillage des denrées et des ressources, les prix, l'accès à la terre, les conditions de vie des paysans, la qualité de la nourriture, etc.

Notre Panier Bio

Pour aller plus loin sur la question de SA:

Forum Nyeleni : <http://www.nyeleni.org/>

Voir aussi le flyer d'Uniterre sur le tabou des prix joint à cette édition de la Tête dans le panier.



©MVOLHAUSER, LE 27 FÉVRIER 2014. MARKUS KOCH ET GUIDO KNUPFER, LES DEUX NOUVEAUX CO-PRÉSIDENTS DU PANIER BIO. SYLVIE DROUX ET ANNE-SYLVIE MARIÉTHOZ LES DEUX NOUVELLES MEMBRES MÉNAGE DU COMITÉ DU PANIER BIO.

Notre Panier Bio change de tête(s) !

Réunie jeudi 27 février en Assemblée générale, l'Association Notre Panier bio tire un bilan très positif de 2013, année marquée par des changements essentiels.

L'amélioration du système de facturation, l'adaptation des prix, le renforcement des collaborations sont autant de développements plébiscités par l'Assemblée qui a accepté à l'unanimité les comptes 2013 et le budget 2014.

Suite au départ simultané des deux co-présidentes «consommatrices», ce sont **deux producteurs qui ont été élus** pour les remplacer. Markus Koch, éleveur à Avry-devant-Pont et membre du comité de Notre Panier Bio depuis 2012 et Guido Knupfer, agriculteur et maraîcher à Mur, membre du comité depuis 2013, vont former une nouvelle co-présidence performante. Tous deux issus de la «diaspora baloise» en Suisse romande, les deux nouveaux co-présidents sont prêts à relever les défis de 2014 !

L'équipe du comité composé de Markus Koch, Guido Knupfer et Christine Ruffieux (elle aussi productrice) ainsi que de Julien Vuilleumier (membre ménage) est rejointe par deux nouvelles membres, Anne-Sylvie Mariéthoz, corédactrice de ce bulletin, et Sylvie Droux, responsable du point de distribution à Charmey, toutes deux élues le 27 février.

Cette élection permet de conserver au comité de Notre Panier Bio un équilibre indispensable entre intérêts des producteurs et productrices et ceux des membres ménages.

Plus de quarante personnes se sont réunies à la Maison de la paroisse réformée à Bulle, dont le président de Bio Fribourg, Vitus Schafer, partenaire privilégié de Notre Panier bio. Suite au grand succès du Marché bio de septembre 2013 – qui commémorait les 20 ans de Bio Fribourg, Notre Panier Bio se réjouit de co-organiser le **marché bio** de cette année, qui aura lieu le **samedi 27 septembre** sur la Place Python à Fribourg. Outre le renforcement de la collaboration avec Bio Fribourg, les grands projets qui attendent Notre Panier Bio en 2014 sont la **promotion**, qui devra être accentuée et mieux ciblée, ainsi que l'amélioration de sa connaissance des membres (à travers un large sondage en ligne).

Consultez l'agenda à la dernière page de cette Tête dans le panier!

Marlyse Messer, secrétaire de l'association

L'AG de Notre Panier bio à l'heure du Kirghizstan

Francis Cottet est maître agriculteur, professeur à l'Institut agricole de Grangeneuve. Ce soir-là, après l'AG de Notre Panier Bio, c'est une autre facette de son métier qu'il est venu nous présenter : membre actif de l'association fribourgeoise Pamir's Bridges, fondée en 2001 par Bernard Repond, Francis Cottet contribue activement à ses projets de développement agricole, notamment pour la mise sur pied de vergers hautes tiges et la fabrication de fromage.

Paysages à couper le souffle, montagnes «célestes», torrents et hauts plateaux, le Kirghizstan est le château d'eau de l'Asie centrale. Les images défilent... Comment croire que ces arbres fruitiers à hautes tiges poussent à 1700 mètres d'altitude? La situation au Kirghizstan est rude cependant et l'exode rural touche aussi ces régions montagneuses. Afin de favoriser le maintien des populations dans leur habitat, de lutter contre le «sur-pâturage» et la désertification en zone rurale de moyenne et basse altitude, Pamir's Bridges réhabilite des ponts dont l'entretien a été abandonné suite à la chute de l'URSS – et à l'accession à l'indépendance du pays. Près de 50 ponts ont été construits ou reconstruits, qui permettent l'accès aux pâturages de haute altitude (au-delà de 2400 mètres dans la plupart des cas) pour les troupeaux de chevaux, de vaches, de moutons et de yacks. En moins d'un mois, les bénéficiaires du futur pont, sous la direction d'un spécialiste, construisent l'ouvrage avec les matériaux trouvés sur place, pierre et bois. La participation de l'ONG assure le financement des projets et a permis l'acquisition de certains outils. La construction de ces ponts ouvre aussi des perspectives à la population locale qui peut envisager de développer d'autres activités, comme le tourisme, la commercialisation du koumize (lait de jument fermenté), l'installation de ruches.



©MWOLHAUSER, FRANCIS COTTET LORS DE L'A.G. DU PANIER BIO DU 27 FÉVRIER 2014 À BULLE.

Suisse – Kirghizstan, une lointaine aventure

En 1932, Ella Maillard, qui vit à ce moment-là dans la Moscou soviétique, participe à une expédition en Asie Centrale. Elle parcourt le Turkestan soviétique que les révolutionnaires tentent d'occidentaliser. A cheval, elle traverse le pays des Kirghizes jusqu'aux T'ien Shan, les Monts célestes. L'aventurière genevoise découvre les rives du lac Issyk-Koul, achète des chevaux, se mêle à la population nomade. Elle prend de nombreuses photos et écrira un livre sur ce voyage, « Des monts célestes aux sables rouges ». Ce livre et les photos d'Ella Maillard n'étaient pas connus sur place. Collaborant avec différents partenaires, Pamir's bridges a fait traduire le livre en 2011 et le distribue dans les écoles kirghizes. L'intérêt qu'a suscité ce récit au Kirghizstan a conduit à monter une exposition de photos, montrée au Kirghizstan comme en Suisse.

Marlyse Messer

*A lire : « Des monts célestes aux sables rouges »
Editions Payot et Rivages, Paris 2011
(première édition 1934).*



©MWOLHAUSER, GRAND MARCHÉ BIO À FRIBOURG EN SEPTEMBRE 2013.

Sécurité versus souveraineté alimentaire. De quoi parle-t-on au juste?

Pas moins de trois initiatives pourraient voir le jour en 2014, portant sur des sujets voisins liés à l'agriculture et à l'alimentation. On peut se réjouir de voir ces thèmes faire l'objet d'une attention accrue. On peut également regretter que ce débat divise le monde paysan et sème un peu de confusion au passage.

Quel genre d'agriculture voulons-nous pour ce pays et quels moyens sommes-nous prêts à mettre en œuvre pour l'assumer? Chaque fois que ces questions sont mises sur la table, elles font apparaître des fronts très marqués d'un bord à l'autre de l'échiquier politique. Cela s'est vérifié encore l'an passé, lors de la mise sous toit de la Politique agricole 2014-17. Et ce n'est pas un hasard si les initiatives fleurissent à nouveau cette année, sitôt le projet PA 14-17 entériné. Chacun essaie de corriger ces réformes dans son sens, pour y intégrer ses priorités.

Ainsi l'Union suisse des paysans (USP) souhaite «renforcer l'approvisionnement de la population avec des denrées alimentaires indigènes» et ancrer ce principe dans la Constitution. Elle a été précédée par l'UDC, qui avait élaboré de son côté une initiative proche, mais plus contraignante, demandant une garantie de surface agricole et des compensa-

tions pour les importations. Les deux groupes ont finalement décidé d'unir leurs forces et la campagne de récolte de signatures a démarré en février. Le parti des Verts prépare quant à lui un texte visant à encourager la consommation de produits locaux, en exigeant des denrées alimentaires produits selon les standards suisses. Son objectif est de «renforcer la production indigène et d'améliorer la qualité générale des produits».

Plusieurs organisations ont d'ores et déjà émis de sérieuses réserves à l'égard de l'initiative USP-UDC, notamment Pro Natura, le syndicat Uniterre, ainsi que l'association Vision Landwirtschaft. Elles ne voient dans cette campagne qu'une «initiative marketing», qui se paie de mots sans favoriser aucun progrès concret. Les Verts et Pro Natura craignent en particulier qu'elle n'incite à intensifier la production agricole en Suisse, au détriment de l'environnement et de la protection des animaux. Dans un petit territoire comme le nôtre dont la démographie augmente on peut effectivement se demander comment cet objectif de «renforcer l'approvisionnement» sera atteint. Est-il réalisable sans nécessiter un accroissement de la productivité et donc une intensification de l'agriculture? Or le texte de l'initiative n'en dit rien.

Il parle bien d'une production «diversifiée, indigène et durable», mais quant à savoir si l'USP comprend ces notions comme nous, «nous pouvons en douter», relève le comité de Vision Landwirtschaft, surtout au vu des positions qu'elle a adoptées jusqu'ici et encore dernièrement, par rapport à PA 14-17. Cette remarque vaut également pour l'UDC, que l'on n'a jamais vue très empressée à défendre l'environnement ni l'agriculture durable.

Enfin cette initiative reste très allusive sur des points cruciaux comme les conditions de vie et de revenus des personnes qui travaillent la terre. Car la question des surfaces cultivables n'est qu'un des aspects qui pèsent sur l'avenir de notre agriculture. Si autant de paysans se découragent et se détournent de ce métier, ce n'est pas tant à cause de l'urbanisation galopante que de la difficulté de vivre décemment de cette profession. Cet aspect social est l'un des manquements que met en évidence Uniterre, qui souligne aussi le fait que le texte reste beaucoup trop vague en ce qui concerne la notion d'«indigène». L'auto-approvisionnement c'est bien, tout le monde est pour, mais comment, avec quelles ressources et à quel prix? Réduire notre dépendance vis-à-vis de l'étranger, c'est sans doute un objectif qui nous parle

à tous, mais à quel niveau fixe-t-on la dépendance? Est-ce que les fourrages et les semences sont compris dans le lot ou est-ce qu'on s'en tient à un swissness de façade? C'est la raison pour laquelle Uniterre songe à lancer sa propre initiative sur la souveraineté alimentaire. Il s'agit là d'une notion qui englobe la sécurité alimentaire, mais qui va beaucoup plus loin en termes de choix (droit d'une population à définir sa politique agricole et alimentaire - ce qui inclut toute une série des sous-conditions telles que: priorité à la consommation locale, accès aux ressources, prix équitables,... - pour faire bref)

Le comité de Bio Suisse a quant à lui décidé d'adopter une position neutre vis-à-vis de l'initiative USP-UDC. S'il soutient les revendications de base du projet, il relève néanmoins que les bases légales permettant de remplir ces objectifs sont déjà présentes, notamment dans la Constitution (articles sur l'agriculture, l'aménagement du territoire, la durabilité) ou dans la Loi sur l'agriculture. L'initiative est donc à son avis «inutile» et elle mobilise des ressources que Bio Suisse «préfère voir utiliser pour l'application des bases légales existantes».

Anne-Sylvie Mariéthoz





La rhubarbe

Elle annonce le printemps sous nos latitudes. Mais elle est venue d'Orient pour s'imposer sur nos tables au XVIIIe siècle seulement. Or elle n'a pas fini d'étonner les gastronomes...

Il n'est pas si facile de suivre ses traces, car cette plante comprend de multiples espèces, dont on fait remonter les origines en Sibérie, en Mongolie, en Afghanistan, en Syrie - des régions que nos ancêtres ont longtemps qualifiées de 'barbares' et le mot 'rhubarbe' dérive en effet du latin médiéval *reubarbarum* ou 'racine barbare'. Elle est surtout bien attestée en Chine et ce depuis plusieurs millénaires. Mais c'est avant tout comme remède (purgatif) qu'on l'utilise alors, une fois sa tige séchée et réduite en poudre. Riche en fibres, la rhubarbe est effectivement réputée pour favoriser le transit intestinal.

Les jolis noms que portent les différentes variétés témoignent bien de la façon dont cette plante s'est répandue à travers le monde - Royal Albert, Rouge hâtive de Tobolsk, ondulée d'Amérique, ... - certaines étant cultivées dans un but essentiellement décoratif. Il est vrai qu'elle déploie une belle palette, du vert au rouge vif et qu'elle anime le jardin d'une tonalité toute printanière. Mais ce n'est qu'au XVIIIe siècle qu'elle fait son apparition dans les potagers européens et c'est encore et surtout comme remède contre la constipation qu'on la connaît à cette époque, ainsi que pour d'autres usages pratiques. Les feuilles de la rhubarbe sont réputées toxiques. Infusées, on les emploie comme insecticide (particulièrement redoutable contre les pucerons).

Le rhizome frais (tige souterraine) sert à polir le cuire, à enlever des taches de rouille et à récurer les casseroles... bref, rien de très folichon me direz-vous, et la gastronomie dans tout ça?

Seuls les pétioles (branches) sont utilisés en cuisine. Et si la rhubarbe est restée longtemps cantonnée aux desserts, sous forme de tarte, de compote et autres confitures, certains chefs mettent aujourd'hui son acidité à profit pour accommoder des mets salés. Elle trouve une nouvelle forme d'utilisation comme légume, pour accompagner des viandes blanches, des volailles ou des poissons. En dessert, elle s'associe particulièrement bien aux fruits rouges, la fraise en particulier, qui reste son alliée favorite.

Retrouvez une délicieuse recette de rhubarbe à la dernière page de ce bulletin.

Sources:

Thierry Delahaye et al., «L'encyclopédie du potager», Editions Actes Sud Arles 2003

Serge Schall, «De mémoire de potagers. Petites et grandes histoires des variétés de légumes racontées par Serge Schall» Editions Plume de carotte 2008

Yves le Floc'h Soye, «Le verger dans l'assiette», Editions Solar Paris 2005.

Anne-Sylvie Mariéthoz



Un bouquet de violettes

La fin de l'hiver nous offre la joie de retrouver les premières fleurs, premiers étendards de la longue procession des floraisons qui nous accompagneront tout au long du printemps et de l'été.

Il est intéressant de remarquer que plusieurs d'entre elles ont des vertus dépuratives du système respiratoire : tussilage, pulmonaire, lierre terrestre, primevère forment une tendre farandole, d'apparence fragile et pourtant ces pionnières ont le courage d'ouvrir le printemps, au risque d'un retour inattendu de quelques gels et giboulées de neige. Elles se jouent du paradoxe de la vulnérabilité, de l'incertitude du passage effectué et de la promesse des beaux jours.

Parmi ces fleurs, la violette. Il en existe une vingtaine d'espèces en Suisse, le genre *Viola* regroupant ce qu'on sépare en violettes et pensées. Les violettes ont les deux pétales latéraux penchés vers le bas, les pensées les ont vers le haut. Les violettes affectionnent

les lisières, les haies et les talus. Même si toutes les espèces peuvent être utilisées, la meilleure qualité pour l'herboristerie est la violette odorante (*V. odorata* L.).

Cette fleur nous apporte de nombreux bienfaits : humer son parfum est une cure de l'âme en soi ! Une fois que vous aurez réussi à décoller le nez de votre récolte (toujours assez modeste...) vous pouvez agrémentez vos premières salades de plantes sauvages printanières. En plus du plaisir des sens, vous profiterez de leur richesse en vitamine C et en mucilages adoucissants.

Quelques poignées séchées à l'ombre et promptement pourront vous être utiles lors d'encombrement des voies respiratoires, on la dit béchique. Mais mieux que la tisane, le sirop de violette odorante deviendra un remède précieux, beau et bon à la fois !

Mathieu Schmitt

Recette de Pierre Lieutaghi :

Faire infuser pendant 12h, dans 1 litre d'eau qu'on vient de bouillir, 100g de fleurs fraîches (dans l'idéal seulement les corolles, sans les calices). Filtrer et dissoudre à la tiédeur 1,8kg de sucre blanc. Conserver au froid.

Aux marmots qui toussent et reniflent, environs 5 cuillerées à café par jour, mais il y a de fortes chances qu'ils vous en réclament plus...

Les feuilles peuvent aussi être employées comme légèrement laxatives et adoucissantes. Quant aux racines elles sont vomitives, surtout en poudre. Les paysans « d'autrefois » (période historique pas très

académique mais pouvant générer de fortes crises de nostalgie...) employaient la plante entière en décoction pour les purges de printemps.

Nettement moins poétique que le sirop suave et émouvant...

Allez, j'vous glisse ça dans l'oreille, mais ne le répétez pas... un bouquet de violettes discrètement déposé à la fenêtre d'une demoiselle ou d'un beau gars veut dire « je t'aime en secret... ».

En cas d'échec, sachez aussi que les Anciens portaient une couronne de fleurs de violettes autour de la tête pour combattre les mauvais effets de l'ivresse!

Crumble à la rhubarbe

Prép. env. 15 minutes et cuisson 25 minutes :

- Peler et couper en tronçons env. 500g de rhubarbe, disposer les morceaux dans un plat réfractaire graissé.
- Saupoudrer de sucre de canne brut et d'1 sachet de sucre vanillé.
- Mélanger: 60g de sucre brut, 80g de farine, 80g de noisettes en poudre et le zeste d'1/2 citron non traité. Ajouter 80g de beurre en morceaux.
- Sabler avec les doigts, jusqu'à ce que le mélange soit grumeleux (= Crumble). Eparpiller le crumble sur la rhubarbe et enfourner 25 minutes à 200° (four préchauffé).
- Retirer et saupoudrer éventuellement de sucre glace.

Les Anglais servent ce « Crumble » avec de la Clotted cream, introuvable en Suisse, que l'on peut év. remplacer par une sauce vanille ou une boule de glace. On peut utiliser d'autres fruits (prunes, pommes, poires etc.), en variant les épices: cannelle, pointe de girofle en poudre, gingembre, coriandre etc. en lieu et place du sucre vanillé.

Recette tirée du «Guide de l'écogourmand au fil des saisons» de Pascale Hotz

AGENDA

samedi 10 mai : 9-16h

Marché de printemps au Jardin Botanique, Fribourg. Plantons, graines, spécialités culinaires.

samedi 24 mai : 13h30

Visite guidée et dégustation à la Ferme de la Fin du Chêne à Botterens, chez Christine Ruffieux, éleveuse de chèvres et fabricante de fromage.

samedi 31 mai : 9-16h

Excursion botanique avec Mathieu Schmitt, cueilleur et herboriste, à la Ferme de la Sauge, Avry-devant-Pont, chez Markus Koch.

Sur inscription : secretariat@notrepanierbio.ch

7-8 juin : sam 10-19h, dim 10-17h

Les Herbettes en fête, Charmey. Marché de plantes et de produits artisanaux à base de plantes, conférences, ateliers enfants et adultes etc.

samedi 28 juin : 9-16h

Marché du début d'été à Châtel St Denis, avec des stands d'artisans, musique et animations.

OFFRE D'EMPLOI

Bio Fribourg, Association membre de Bio Suisse, ayant pour but le développement de l'agriculture biologique dans le canton de Fribourg et la défense des intérêts des producteurs bio,

cherche pour le 1^{er} mai ou à convenir un/e gérant/e (env. 20%)

Votre mission: administration, travaux par écrit (allemand et français), organisation de séances et manifestations, procès-verbaux, contact avec les producteurs et des organisations, comptabilité, gestion du site internet.

Votre profil: formation agricole et intérêt pour l'agriculture biologique, langue maternelle française ou allemande, avec de très bonnes connaissances de l'autre langue (parlé et écrit), connaissances informatiques etc. **voir offre complète sur www.notrepanierbio.ch**

Informations auprès de Vitus Schafer, président (tél. 079 / 697 84 31).

Envoi du dossier de candidature d'ici le **vendredi, 25 avril 2014**, de préférence par e-mail vitus.schafer@bluewin.ch ou par poste à Vitus Schafer, Hergarten 6, 1715 Alterswil

IMPRESSUM

UNE PUBLICATION DE NOTRE PANIER BIO

Rédaction: Anne-Sylvie Mariéthoz, Marlyse Messer, Mathieu Schmitt et Martine Wolhauser

Relecteur: Monique Oggier Huguenin

Contact: Marlyse Messer, bulletin@notrepanierbio.ch

Impression sur papier Recystar agréé par le label Blaue Engel

Imprimerie Multiprint SA - www.multiprintsa.ch