



LE COMPTOIR AFRICAÏN

Un autre commerce, un autre monde ...

The News-Pepper(*)

(*) celle-là, on la doit à Gene ...

Année 3
Volume 3 & 4
Mars & avril 2016

« Avoir son potager, c'est comme imprimer son propre argent ! »

Et c'est un acte citoyen.

Nous devons défendre notre droit à utiliser et ré-utiliser les graines des fruits et légumes que nous souhaitons planter.

Nous devons aussi défendre notre droit fondamental à nous affranchir des grands groupes agro-alimentaires, à assurer notre indépendance alimentaire.

Déjà, tout simplement, pour une question de démocratie, de droits fondamentaux mais aussi pour être

sûr(e) de manger des aliments sains, qui n'ont pas été bombardés et imprégnés de crasses.

CREEZ VOTRE POTAGER !

Quel plaisir, aussi, de passer des heures (avec sa p'tite femme), à jeter les bases de notre « forêt comestible ».

Informez-vous sur la permaculture, pratiquez-la.

Quelques liens utiles dans l'article en milieu de page.

Epicement vôtres,

Geneviève et Bernard



Les nouveaux produits ...

Nous venons de recevoir, issus de la dernière récolte:

- Du poivre sauvage Voatsy Perifery (Madagascar) tout frais
- Des baies roses de Madagascar, toutes fraîches elles aussi
- Un Curcuma de Madagascar

Quelques fruits et légumes du mois



Le site qui vous suggère quels fruits et légumes manger, chaque mois.

Au moins, en achetant ceux-là, vous êtes sûrs de ne pas manger des « trucs » pas trop naturels :-)

[Visitez leur site.](#)

Permaculture, forêt comestible: quelques liens ...



Il y a deux bons moments pour planter des arbres fruitiers, dit Geneviève. Le premier, c'était il y a vingt ans et le second, c'est maintenant. :-)

- [Le jardin des Fraternités ouvrières à Mouscron](#) (court, +/- 10 min.)
- [Le jardin des Fraternités ouvrières à Mouscron](#) (long, +/- 2 heures)

- [Comment faire un jardin en permaculture ...](#)

Ne pas retourner la terre mais simplement aérer le sol ici avec la grelinette, toujours couvrir la terre par un paillage, associer les légumes "copains", déposer les déchets verts directement au pied des plantes en fines couches sous le paillage.



Les recettes du mois

🕒 **Riz sauté aux artichauts violets et à l'ail des ours** [La recette ici](#)

🕒 **Mignon de porc aux poivrons confits et ananas** [La recette ici](#)

🕒 **Riz aux légumes de printemps** [La recette ici](#)



Le coup de cœur du mois: Pierre Rabhi



Initiateur du Mouvement Colibris, reconnu expert international pour la lutte contre la désertification, **Pierre Rabhi** est l'un des pionniers de

l'agriculture écologique en France. Depuis 1981, il transmet son savoir-faire en Afrique en cherchant à redonner leur autonomie alimentaire aux plus démunis et à sauvegarder leur patrimoine nourricier.

<http://www.pierrerabhi.org/>

Un petit proverbe ?

Il faut tout un village pour élever un enfant.

Vous désinscrire :-)

Ce serait dommage mais c'est possible ... [en cliquant ici.](#)

Nos points de vente

De nouveaux magasins ont décidé de revendre nos produits. [Voir la carte](#)

Vous souhaitez [rejoindre notre réseau](#) de revendeurs ?

Vous connaissez une épicerie dans laquelle vous verriez bien nos produits ?

Dites-leur de [nous contacter](#) !

Lors de chaque salon auquel nous participons, nous renvoyons automatiquement les visiteurs vers les points de vente de la région.

