

La feuille de



L'actualité mijotée des Jardins de Cocagne de Fleurance

Paniers des 10 et 13 mars 2020

n°136

L'araignée, un véritable insecticide naturel

Quand l'abeille mellifère est vue aujourd'hui comme la reine des auxiliaires, l'araignée est tout aussi transparente que le ver de terre dans la loi pour la reconquête de la biodiversité et pourtant... L'araignée est un véritable insecticide naturel sur pattes (8), pouvant manger des millions d'insectes par an, victime de la phobie et des croyances humaines. D'accord, elles ne font pas de bruit en se déplaçant et ne sont pas plus rassurantes qu'un serpent mais, quasi toutes carnivores, elles ne s'attaquent pas à l'homme et jouent un rôle dans l'équilibre des écosystèmes aussi important que celui du loup, du renard et de la belette.

Une prédatrice indispensable pour l'agriculture...

Ajoutons qu'elles appartiennent à cette grande communauté de prédateurs indispensables pour une agriculture sobre et économe en énergie. Le simple fait que les araignées existent devrait suffire à nous convaincre de les préserver. Mais puisque les animaux dits utiles sont plus facilement respectés, il est bon de rappeler combien les araignées contribuent au contrôle et à la régulation des populations d'insectes qui, sans elles, ne manqueraient pas d'envahir nos champs et nos maisons. L'araignée est un gros prédateur à un niveau très important de la pyramide alimentaire. Pour la plupart, elles vont manger des insectes vivants, cependant, comme il y a plus de 1500 espèces d'araignées en France, il est alors difficile de dire quelles proies exactement.



... friande de biodiversité !

Les araignées se distinguent par leurs méthodes de chasse. Certaines tissent des toiles et capturent des insectes qui volent ou qui sautent. D'autres chassent en courant, comme les araignées-loup (Lycoses), et capturent des invertébrés qui marchent, qui ne volent pas ou peu. Certaines chassent à l'affût, sans toile comme les araignées-crabes de nos jardins. D'autres encore - les araignées sauteuses (Salticidés) - arrivent à sauter si loin et si précisément qu'elles réussissent à capturer des mouches avant que celles-ci ne décollent !

Certaines ont des préférences alimentaires ou des spécialisations, par exemple les cloportes (crustacées). Quoi qu'il en soit, elles recherchent des animaux vivants, invertébrés surtout, mais aussi vertébrés, comme des souris... capturées par les très grandes araignées, mais rassurez-vous, qui vivent sous les tropiques !

Ainsi, vous l'aurez compris, moins un jardin est pollué, plus il attire les araignées, friandes de biodiversité. Elles font partie des arthropodes les plus vulnérables aux produits phytosanitaires.

Et aussi très utile chez vous

Dans votre intérieur, ces petites bêtes sauront éliminer les mouches, moustiques ou autres cafards et blattes. Une bonne affaire non !? Il faut savoir que les araignées de maison que l'on trouve dans notre pays, fuient les endroits trop confinés, trop chauds ou trop humides. Si elles s'installent chez vous, c'est donc signe que votre maison est un lieu de vie plutôt sain.

Si certains d'entre vous sont tentés de rendre les araignées trouvées dans leur domicile à la nature, peut-être devraient-ils y réfléchir à deux fois, car, pour certaines d'entre elles, le geste équivaut à une condamnation à mort. Les araignées sont en effet adaptées à des conditions de vie bien précises. Alors, si les araignées vous gênent, mais que vous ne voulez pas les tuer, déplacez-les plutôt dans un endroit de votre maison - comme le garage ou la cave - où elles pourront vivre leur vie suffisamment loin de vous.



Suite...

Les araignées sont inoffensives. Ces animaux bénéficient d'une mauvaise réputation à cause de leurs cousines venimeuses (et dangereuses) des zones tropicales et subtropicales ; mais en France, il n'y a pas d'araignées agressives. Aucun risque qu'elle vienne vous « piquer » (une araignée ne pique pas, elle mord) durant la nuit, ou qu'elle vous attaque si vous croisez son chemin ! Tout au plus, de rares espèces essaieront de se défendre si vous essayez de les attraper ou si vous touchez à leur toile ou à leur progéniture, mais les conséquences de cette morsure ne seront pas plus graves (et même moins !) qu'une piqûre de

guêpe, qui est d'ailleurs beaucoup plus agressive que l'araignée. Qu'on se le dise !!!

Vous ne verrez désormais plus les araignées d'un mauvais oeil ;)



Dans votre panier

		Panier standard	Grand panier
Navets	Kilo	400g	400g
Pommes de terre	Kilo	1	1
Poireaux	Kilo	600g	600g
Chou-Fleur	Pièce	1	1
Salade	Pièce	1	1
Pommes	Kilo	850g	850g
Aillet	Botte	-	1
Carottes	Kilo	-	600g
Mâche	Kilo	-	200g
Qté d'articles		6	9

Et si vous mijotiez...

• Gratin de pommes de terre et navets nouveaux a la mozzarella

Pour 4 personnes :

- 500g de pommes de terre
- 500g de navets nouveaux
- 25 cl de crème fraîche
- Bouillon de légumes
- 100g de mozzarella

Laver et peler les légumes, les trancher finement.

Hacher la mozzarella.

Dans un saladier, mélanger les tranches de légumes, la mozzarella et un peu de bouillon de légumes que vous aurez au préalable préparé.

Verser dans un plat à gratin, couvrir de crème, enfourner 45 minutes à four chaud (180 degrés)

On peut blanchir les tranches de navets 5 minutes à la vapeur pour les adoucir et obtenir un parfait fondant.



• Crème de navet aux éclats de noisettes

Pour 2 personnes :

- 500g Navets
- ½ Pomme de terre
- ½ Blanc de poireau
- ½ à 1 gousse d'Ail
- 20 g de beurre
- 125g de crème fraîche
- 13g de noisettes décortiquées
- Sel
- Poivre

Epluchez les navets et la pomme de terre, coupez-les en morceaux. Nettoyez et émincez le blanc de poireau. Pelez la gousse d'ail. Faites fondre le beurre dans une grande casserole.

Faites étuver à feu doux les légumes et la gousse d'ail. Mouillez la préparation avec 1 litre d'eau, salez, poivrez. Portez à ébullition et laissez cuire 20 min à frémissements.

Faites dorer les noisettes dans une poêle antiadhésive. Concassez-les grossièrement. Mixez la soupe puis remettez à bouillir 2 min en écumant. Ajoutez la moitié de la crème, mélangez et rectifiez l'assaisonnement.

Dressez la crème de navet dans les assiettes, décorez de noisettes et d'un cordon de crème fraîche. Servez très chaud.



On reste en contact

Sur notre page Facebook :

Les Jardins de Cocagne de Fleurance

Sur notre site internet :

jardinsdecocagnedefleurance.com

Par téléphone : 06.81.48.76.32

Par e-mail : jardinsdecocagne@orange.fr

Sur notre exploitation : «Au bouquet»

Route de Sainte-Radegonde à Fleurance

Accueil du public : lun. au ven. de 8h à 13h