



La tête dans le Panier

ou quelques nourritures immatérielles

Une autre façon de produire et de consommer

Editorial

Les quatre saisons

Hier, j'étais dans une grande surface. En face de moi, un tableau sublime composé de toutes sortes des salades. A coté, j'ai vu des barquettes de fraises, provenant de loin. Leur rouge était encore plus éclatant à coté des salades et toutes ces nuances de vert. Je suis resté un moment. De nombreuses mains ont saisi une barquette pour la déposer dans le caddie. Moi, je préfère les saveurs des 4 saisons généreusement offertes par nos jardins. Quel plaisir : les premières fraises après l'hiver ! Les pommes sont mangées. Elles ont rendu leurs loyaux services. Après suivent rapidement : raisinets, framboises, mûres. Intermezzo : les cerises du Seeland. Avec l'été, arrivent les abricots du Valais. Ils ont emmagasiné toute la chaleur de cette région aride et rocailleuse. Fin d'été : prunes, pruneaux...les fruits bleus. Et déjà, nous sommes en automne : raisins de table, noisettes, noix...et les châtaignes du Tessin.

Gerhard Hasinger

Portrait

Roland Python, berger-fromager au Gibloux

Roland Python et son épouse produisent divers produits à base de lait de brebis : essentiellement des yaourts, et le 10ème de lait restant est transformé en fromage frais, tomme, fromage mi-dur, sérac ou fromage à la grecque.

Il y a vingt ans, le lait de vache étant en surproduction, il était interdit de produire sans autorisation. M. et Mme Python se sont donc tournés vers l'élevage laitier ovin, mais à l'époque, les produits à base de lait de brebis étaient inconnus du public et très différents du lait de vache, largement répandu sur le canton. Avec le bouche à oreille et la mobilité des gens incitant à découvrir de nouvelles saveurs, ils se font une place sur le marché local en créant une filière de distribution via les laiteries locales, les magasins bio et diététiques.

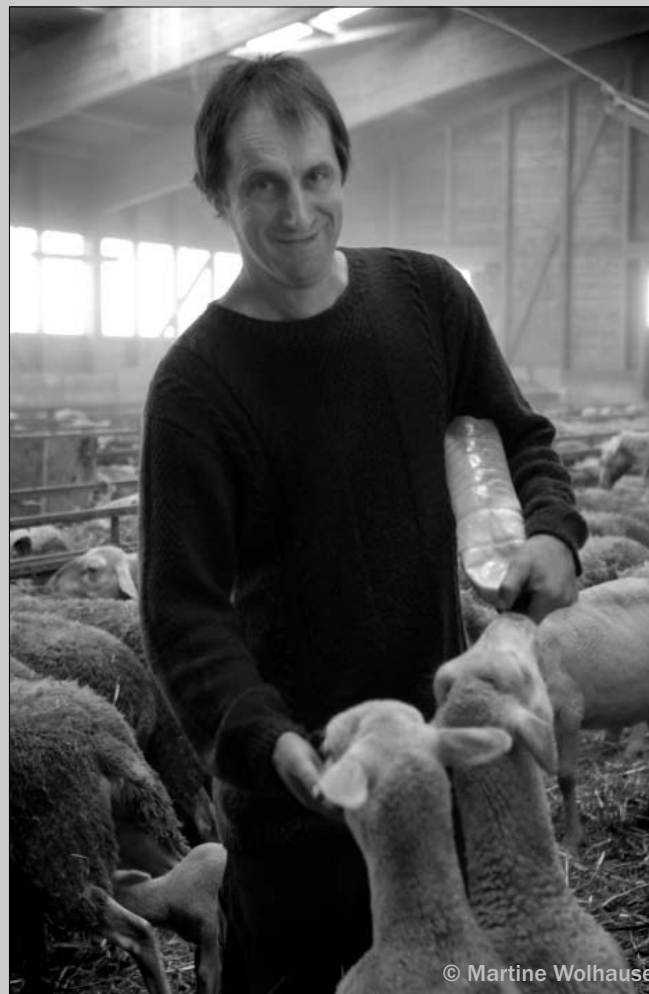
Il y a près de 4 ans, M. et Mme Python se reconvertisent au bio, histoire d'officialiser une production déjà très naturelle. Actuellement, si 50% des yaourts sont produits avec le label du bourgeon bio suisse, l'autre moitié est fabriquée en conventionnel en raison de l'adjonction d'arômes pour satisfaire la clientèle traditionnelle habituée à ces goûts.

Roland Python constate que depuis 10 ans - période à laquelle il a consenti à de gros investissements pour augmenter la production, il faut davantage travailler pour gagner autant alors que les 4 postes à plein temps assurent à eux seuls toutes les tâches (élevage des 300 brebis, production et transformation du lait, conditionnement, distribution et livraison).

Il se trouve au seuil fatidique où il faudrait encore augmenter les investissements (humains et matériels) pour concurrencer les plus gros producteurs, au risque de se couper du métier, de devenir un simple gestionnaire ou de devoir se rapprocher des gros distributeurs pour écouler son stock.

Portrait

Roland Python, berger-fromager au Gibloux



© Martine Wolhauser

L'autre alternative serait de relocaliser la distribution (actuellement étendue à l'ensemble de la Suisse romande) pour diminuer les coûts de livraison et plus cibler la production. En ce sens, l'un des avantages du Panier Bio, c'est d'anticiper et garantir une quantité et une date fixe de livraison, ce qui est plutôt rare quand la production s'adapte aux ventes effectuées. Un autre signe de la tendance choisie? La mise en place prochaine de vente à la ferme. Ce sera à la bergerie à Orsonens, donc n'hésitez pas à vous y arrêter !

Elodie Calais

Pourquoi une telle différence entre le prix du lait de brebis et de vache ?

Une vache mange 15kg de foin par jour et produit 6'000 l de lait par année. En terme d'équivalence, on compte 4 brebis pour une vache. Ces 4 brebis consomment quotidiennement 14kg de foin pour produire collectivement 1'200 l/an. Les brebis sont donc 5 fois moins rentables que les vaches. Alors que le litre de lait de vache se vend 80 centimes, le prix de vente devrait donc être de Fr.4.- pour le lait de brebis, actuellement vendu autour de Fr.3.-. Côté nutritif, le lait de brebis est deux fois plus riche en matières grasses que le lait de vache et comporte 5.5% de protéines (contre 3.3% pour la vache). On peut donc en consommer moins pour un apport calorique similaire.

Carnet rose

Bio-logique à Payerne nouveau point de distribution sur la Broye

au 18, rue des Blanchisseuses, tél. 026 660 61 11

Une stratégie de qualité pour l'agriculture suisse

Le Conseil Fédéral s'engage sur la voie d'un accord de libre échange avec l'UE dans le secteur agroalimentaire. Que signifie cela pour l'agriculture biologique et comment se positionne Bio Suisse envers un tel accord? Nous refusons les solutions radicales qui sacrifieraient encore plus de familles paysannes. Par contre, nous soutiendrions un tel accord s'il était lié à une stratégie de qualité pour l'agriculture suisse – probablement la seule solution pour notre agriculture.

„ Dans les 15 prochaines années, les prix baisseront de 50 % et le revenu des agriculteurs chutera de moitié (1.6 milliards de francs).“ On peut entendre de telles horreurs dans les couloirs du Palais fédéral. Immédiatement, on s'empresse de dédramatiser avec le slogan „changement de structure¹“. L'agriculture suisse bénéficie encore d'une grande protection à la frontière et d'un important soutien de la population. La Confédération dépense près de 7 % du son budget pour elle. Il ne faut pas être prophète pour prédire que cette situation ne durera pas. Le soutien aux paiements directs faiblit. La volonté du consommateur de dépenser davantage d'argent pour les produits agricoles suisses diminue. Le libre échange arrivera inévitablement, et avec lui, la disparition des taxes à la douane et des subventions de l'Etat. L'économie en général et plus spécifiquement l'agriculture (aussi biologique) seront confrontées à plus de libéralisation et de concurrence, mais bénéficieront aussi de nouveaux marchés et de nouvelles opportunités.

Pour Bio Suisse, c'est clair : l'isolement n'est pas une solution! C'est pourquoi nous sommes en faveur d'une ouverture bien négociée et l'application d'une stratégie de qualité pour l'agriculture suisse, qui la rende vigoureuse et moderne, tout en fournissant des produits haut de gamme avec une forte valeur ajoutée. Les produits agricoles suisses doivent satisfaire à des exigences élevées : sains, savoureux, respectueux de l'environnement et du bien-être des animaux. Pour y parvenir, l'agriculture suisse doit rester sans OGM et des régions entières devront être cultivées selon les règles de l'agriculture biologique.

Nous sommes opposés à une stratégie de bas prix et à une confrontation de notre agriculture sur le terrain de la production de masse. Nous devons défendre nos acquis dans les domaines de la protection de l'environnement, de la protection des animaux, des standards de qualité, du contrôle des aliments et de la déclaration obligatoire de l'origine des produits.

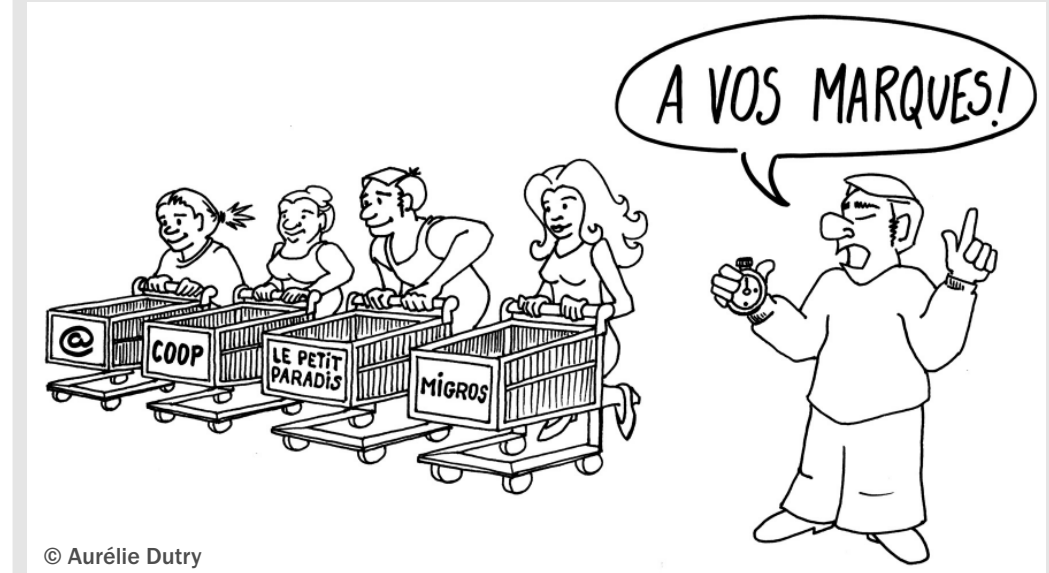
Les paysannes et les paysans bio sont fiers de leur savoir-faire. Ils veulent participer à la construction de l'agriculture du futur et ainsi relever les défis à venir.

Récemment une délégation de Bio Suisse a présenté ses visions, ses plans d'action et ses exigences à la Conseillère fédérale Madame Doris Leuthard. Vous avez la possibilité de consulter ce dossier dans son intégralité www.bio-suisse.ch.

Jacqueline Forster-Zigerli, Bio Suisse; Traduction : Gerhard Hasinger, bio-conseil.ch

¹ Agrandissement et rationalisation des exploitations

Le Panier à l'épreuve de la comparaison



© Aurélie Dutry

La rédaction de la *Tête dans le Panier* a pris son bâton de pèlerin et s'en est allée comparer les prix des 14 produits du Panier carné du mois de février, à la Coop (Bulle), à la Migros (Avry-sur-Matran), aux magasins bio (Petit Paradis et Gaïa) et par vente sur internet (5 sites). De l'autre côté, nous avons comparé la rétribution des producteurs par le grossiste et par le Panier. Comme ça, juste pour voir, sans idées préconçues. Les résultats de cette enquête empirique doivent être considérés comme une photographie à un instant T. S'ils n'ont pas de valeur statistique, ils ouvrent, néanmoins, des pistes de réflexion.

Côté consommateurs

Le Panier Bio : économique, diversifié, de qualité, équitable, proche de nous

La qualité de l'offre du Panier nous a d'abord frappé. Nous ne sommes pas parvenus à réunir le même assortiment de produits de qualité bio dans un seul magasin. 5 sites internet (qui ne livrent pas tous sur Fribourg) et 2 magasins bio ont été consultés pour réunir tous ces produits; ce qui n'est pas des plus rationnel pour une ménagère !

Nous avons réussi à rassembler l'intégralité des produits du Panier à la Coop et à la Migros, mais ils n'étaient pas tous de qualité bio. Néanmoins, Coop se rapproche le plus du Panier avec 13 produits bio sur 14.

Sur la base du prix des produits seuls (sans les frais de logistique propres au Panier), le Panier Bio est le meilleur marché de tous, toutes enseignes confondues. Si on inclut les Fr.8.- de logistique, Migros devient moins cher, mais sur la base de 8 produits bio /14, et donc pour une qualité moindre.

Du côté du porte-monnaie, 9 produits (légumes, fruits, viandes, œufs) coûtent moins cher dans le Panier, et ce, pour une économie globale de Fr. 15.70. Cinq articles (fromages et produits transformés : pain, confiture, yaourt) sont meilleur marché (- Fr.4.25) dans les magasins testés.

Prix consommateur	Panier Bio	Coop	Migros	Bio@online	Magasin Bio	Moyenne des 4
0.5 kg pain	4.50 SFr	3.75 SFr	3.50 SFr	4.80 SFr ¹	4.55 SFr ⁶	4.15 SFr
2 kg pommes	9.60 Sfr	11.90 Sfr	11.80 SFr	14.40 SFr ²	10.70 SFr ⁶	12.20 SFr
0.9 kg choucroute	4.86 SFr	5.58 SFr	4.50 SFr	6.30 SFr ¹	6.75 SFr ⁶	6.01 SFr
0.5 kg endives	4.90 SFr	5.90 SFr	5.90 SFr	7.00 SFr ²	7.40 SFr ⁷	6.55 SFr
0.6 kg panais	3.36 SFr	5.34 SFr	4.68 SFr ^{nb}	4.14 SFr ²	3.51 SFr ⁷	4.42 SFr
200 g confiture baies	5.00 SFr	3.00 SFr	1.82 SFr	3.20 SFr ³	3.20 SFr ⁶	2.81 SFr
0.25 kg gruyère	5.75 SFr	5.10 SFr	5.00 SFr	5.00 SFr ³	7.38 SFr ⁶	5.62 SFr
1.5 kg pdt Felitas	2.78 SFr	4.65 SFr	4.50 SFr	3.75 SFr ²	4.50 SFr ⁶	4.35 SFr
0.25 kg vacherin AOC	5.75 SFr	5.13 SFr	4.88 SFr ^{nb}	4.86 SFr ^{3, nb}	5.70 SFr ⁷	5.14 SFr
0.07 kg viande séchée	6.00 SFr	7.49 SFr	6.02 SFr ^{nb}	5.25 SFr ⁴	9.80 SFr ⁶	7.14 SFr
1 l jus de pomme	2.50 SFr	2.40 SFr	1.67 SFr ^{nb}	4.90 SFr ⁵	3.48 SFr ⁶	3.11 SFr
6 p oeufs	4.20 SFr	5.00 SFr	4.80 SFr	5.00 SFr ²	5.40 SFr ⁶	5.05 SFr
2 p yaourt brebis	3.80 SFr	2.70 SFr	3.20 SFr ^{nb}	3.60 SFr ³	1.88 SFr ⁶	2.84 SFr
0.3 kg saucisson ail	9.00 SFr	14.86 SFr ^{nb}	11.70 SFr ^{nb}	11.84 SFr ⁴	17.72 SFr ⁷	14.03 SFr
Total produit	72.00 SFr	82.80 SFr	74.90 SFr	84.10 SFr	92.00 SFr	83.45 SFr
Logistique, livraison	8.00 SFr			13.00 SFr		
Total	80.00 SFr	82.80 SFr	74.90 SFr	97.10 SFr	92.00 SFr	86.70 SFr
Echantillon produit bio /14		13	8	13	14	12
Différence / prix Panier sans logistique		11.82 SFr	2.87 SFr	12.10 SFr	19.96 SFr	11.68 SFr
Différence / prix panier avec logistique		3.82 SFr	- 5.13 SFr	17.10 SFr	11.96 SFr	6.93 SFr
Nb de produits + cher		8	8	9	11	9
Nb de produits - cher		6	6	5	3	5
Marge intermédiaire (grossiste, magasin)		41.67 SFr	33.75 SFr	42.92 SFr	50.84 SFr	42.29 SFr

^{nb}Non bio, ¹www.cocagne.ch, ne livre pas sur Fribourg, ²www.lemaraicherbio.ch, ne livre pas sur Fribourg, ³www.leshop.ch, ⁴www.cernivillers.ch, ⁵www.bio-direct.ch, ⁶Le Petit Paradis, Fribourg, ⁷Gaia, Bulle

5

Prix producteur	Panier Bio	Grossiste	Producteur Panier	Impressum
0.5 kg pain	4.50 SFr	3.50 SFr	3.83 SFr	<p>Une publication de Notre Panier Bio</p> <p>Rédaction Elodie Calais, Aurélie Dutry, Urs Gfeller, Gerhard Hasinger, François Müller, Nicolas Rossier, Christophe Schmid, Mathieu Schmitt Martine Wolhauser</p> <p>Contact: Gerhard Hasinger Route des Vernes 32 1663 Pringy Tél. 026 921 30 72 g.hasinger@bio-conseil.ch www.notrepanierbio.ch, www.unserbiokorb.ch</p>
2 kg pommes	9.60 Sfr	4.20 Sfr	12.20 SFr	
0.9 kg choucroute	4.86 SFr	1.80 SFr	6.01 SFr	
0.5 kg endives	4.90 SFr	2.55 SFr	6.55 SFr	
0.6 kg panais	3.36 SFr	1.32 SFr	4.42 SFr	
200 g confiture baies	5.00 SFr	4.00 SFr	2.81 SFr	
0.25 kg gruyère	5.75 SFr	2.88 SFr	5.62 SFr	
1.5 kg pdt Felitas	2.78 SFr	1.20 SFr	4.35 SFr	
0.25 kg vacherin AOC	5.75 SFr	2.88 SFr	5.14 SFr	
0.07 kg viande séchée	6.00 SFr	3.85 SFr	7.14 SFr	
1 l jus de pomme	2.50 SFr	1.80 SFr	3.11 SFr	
6 p oeufs	4.20 SFr	2.55 SFr	5.05 SFr	
2 p yaourt brebis	3.80 SFr	2.00 SFr	2.84 SFr	
0.3 kg saucisson ail	9.00 SFr	6.60 SFr	14.03 SFr	
Total produit	72.00 SFr	41.20 SFr	83.45 SFr	
Logistique, livraison	8.00 SFr			
Total	80.00 SFr	41.20 SFr	83.45 SFr	

Différence entre grossiste et Panier	30.80 Sfr
Marge du producteur avec le Panier	20.00 Sfr
Marge de distribution Panier (15%)	10.80 Sfr

6

Pour rappel, les prix des produits du Panier sont fixés pour une année, contrairement à la grande distribution où ils peuvent varier en fonction de l'offre et de la demande. Faut de moyen et de temps, nous n'avons pas pu creuser la question de la provenance des produits pour aborder la problématique des énergies grises. Néanmoins, les aliments du Panier sont produits localement (et n'ont pas transité par d'autres pays pour leur conditionnement).

Côté Panier Bio

Transparent pour tous

La marge du Panier Bio se décompose de 2 manières :

- + 15% de marge de distribution pour le Panier Bio, soit une différence de Fr.10.80 entre le prix acheté au producteur et celui payé par le consommateur
- + les frais de logistique de 10% (soit Fr. 8.-), qui sont fixes et ajoutés à la facture globale.

L'intégralité de la marge de Fr. 18.80 est utilisée pour la confection du panier, le contact avec les producteurs, la mise en panier, la livraison dans les points de distribution, la communication avec les consommateurs, la facturation aux consommateurs, la comptabilité pour les producteurs, la mise à jour des listes de consommateurs. Le fonctionnement de l'association est quant à lui assuré par les Fr. 50.- de cotisation.

Côté producteur

Equitable pour les producteurs

Sur la base de la valeur nette des produits du Panier (Fr. 72.-), les 13 producteurs touchent Fr. 61.20, alors que s'ils l'avaient vendus au grossiste, ils auraient été payés Fr.41.20. Ensemble, ils touchent donc Fr. 20.- / panier de plus qu'en cas de vente au grossiste. Néanmoins, sur cette marge, chacun des producteurs doit peser et emballer ses produits autant de fois que de paniers commandés, ce qu'il n'a pas à faire s'il vend au grossiste.

Le volume réalisé par le Panier Bio sur le chiffre d'affaires annuel des producteurs est encore modeste. Cependant, si ce genre d'initiatives venait à se multiplier, cela pourrait commencer à peser dans la balance.

Côté grossiste et magasins

Difficulté de remonter la filière

Pour un produit acheté en magasin traditionnel, la marge du magasin, du (ou des) grossiste(s) -qui ne font que distribuer le produit- est supérieure (Fr.42.- en moyenne sur l'ensemble des magasins testés) au montant perçu par les producteurs (Fr.41.-) -qui ont, de leurs petites mains, travaillé de longs mois parfois, à produire les bonnes choses que nous mangeons. Nous avons cherché ce que cachaient ces chiffres.

Concernant la vente par Internet, il a été difficile d'en savoir plus au sujet de l'approvisionnement. Les 5 sites consultés pour réunir les produits du Panier rendent difficile la tâche de contacter quelqu'un pouvant nous renseigner sur leur fonctionnement.

Les magasins bio, qui sont de petites structures indépendantes, affichent le montant le plus élevé car ils achètent aux grossistes, qui leur imposent souvent une quantité minimum à commander.

Pour mieux comprendre, prenons l'exemple du kilo de pommes. Le producteur le vend au grossiste à Fr.2.10. Le grossiste le revend au magasin bio à Fr.3.90, sous réserve d'un montant minimum de commande pour l'exonération des frais de port.

Le magasin bio le vend à Fr. 5.35 au consommateur. La marge nette du grossiste est donc de Fr.1.80 et celle du magasin bio, de Fr.1.05. Outre le fait qu'il ne bénéficie pas d'un rabais de quantité, ce dernier doit commander pour un certain montant, sans la garantie que cette marchandise sera vendue.

De par les quantités qu'elles brassent, Coop et Migros font des économies d'échelle. Leur but est de couvrir leurs frais et de réaliser le maximum de bénéfices, tout en restant concurrentiel. Pour y parvenir, elles mettent en œuvre, selon les familles de produits, des politiques d'achat différentes qui sont difficiles à appréhender globalement. En bout de chaîne, ce que l'on constate, c'est la croissance des bénéfices (+ 6.2 % en 2007 pour la Migros et +13% pour la Coop) à mesure que se précarise la situation des paysans.

Le Panier Bio, association à but non lucratif, poursuit son objectif en achetant le plus équitablement possible au producteur, dans le respect de ses conditions de travail. Plus que jamais, il est vital pour la biodiversité, la souveraineté alimentaire, l'entretien du paysage, les traditions culturelles et pour la vitalité de notre économie de conserver nos paysans. N'est-ce pas notre responsabilité de citoyen de veiller à ce que nos modes de consommation en soient garants ?

Elodie Calais

La recette du Panier

Borchtch

Spécialité russe – soupe de betterave rouge



- 15 g beurre
- 1 c.s. huile d'olive
- 1 oignon moyen haché
- 2 petites pommes acidulées coupées en tranches
- 1 pomme de terre coupée en dés (150 g)
- 400 g betterave cuite coupée en dés
- clou de girofle, sel et poivre
- 1 filet de jus de citron
- 1.5 dl crème acidulée

Chauffez le beurre et l'huile dans une grande casserole, sur feu moyen, mettez-y l'oignon, couvrez et laissez-le ramollir 5 minutes. Versez les tranches de pommes et les dés de pomme de terre, remuez bien et baissez le feu. Couvrez et laissez cuire de 10 à 15 minutes.

Ajoutez les betteraves, recouvrez-les d'1 litre d'eau. Porter à ébullition, couvrez et laissez mijoter 15 mn environ. Réduisez la soupe en purée avec un mixer. Allongez-la avec un peu d'eau si nécessaire. Assaisonnez-la avec le clou de girofle, salez et poivrez, ajoutez le jus de citron.

Vous pouvez servir le borchtch chaud ou froid. Une fois la soupe servie dans les assiettes, ajoutez une cuillère de crème acidulée par-dessus.

Variante: Pour se rapprocher le plus du borchtch traditionnel, remplacez les pommes de terre par du chou taillé en languettes et servez la soupe sans la passer au mixer.

Urs Gfeller, www.gfellerbio.ch

Le feu bactérien ou le feu dans le verger

Le feu bactérien est une maladie bactérienne qui touche les arbres à pépins (pomme, poire et coing), de même que les arbustes de la même famille comme le sorbier, l'épine blanche, le buisson ardent et les cotonéasters.

Lors de certaines conditions d'humidité et de température durant la floraison, la bactérie peut infecter la plante au travers de la fleur et se multiplier très rapidement. La maladie se propage sur les jeunes arbres, donc dans les vergers intensifs. Par contre, une branche d'un arbre haute tige peut être infectée durant plusieurs années sans que l'arbre soit contaminé. Les conditions pour une épidémie ne sont pas présentes chaque année; c'est pourquoi après plusieurs années de calme, une infection peut se développer fortement, comme ce fut le cas en 2007 dans certaines régions. La maladie est propagée par les abeilles et les oiseaux, par les gouttelettes d'eau propagées, par les véhicules le long des routes, par les outils de taille et vraisemblablement par d'autres vecteurs inconnus.

Il y a 15 ans la Suisse était entourée de foyers mais exempte de feu bactérien. L'année passée, l'infection fut plus forte que jamais. Pour les arboriculteurs touchés, une infection est une catastrophe, mais il faut apprendre à vivre avec la maladie comme l'ont fait nos voisins européens. La maladie est soumise à déclaration obligatoire.

Mais que peut-on faire?

Les contrôles sont la base de tout. Dans les environs des vergers, ils devraient être organisés par les cantons. Dans le verger, c'est l'agriculteur qui les fait lui-même. En cas d'attaque, les arbres doivent être tout de suite taillés ou arrachés et le matériel infecté devra être brûlé. Un sol sain et des arbres vigoureux favorisent la résistance de l'arbre, mais la résistance génétique n'est présente que sur certaines variétés: Rewena (pomme) et Pierre Corneille (poire). Une mesure importante est le suivi des conditions d'infection (température et humidité), il permet de savoir quand il est important d'observer son verger. Pour ce faire, la station de recherche apporte son aide avec un modèle de prévision. Sinon, il existe des moyens préventifs comme l'argile qui est utilisé depuis longtemps en agriculture biologique, un nouveau produit appelé Blossom Protect (antagoniste bactérien), de même que de la chaux éteinte. Toutes ces mesures aident à contenir la maladie, mais ne sont pas efficaces à 100%.

Et les antibiotiques?

La très discutée Streptomycine ne rentre pas du tout en ligne de compte en agriculture biologique. Rien que du point de vue de la médecine humaine et vétérinaire, l'emploi d'antibiotiques à l'extérieur est très problématique (risque de résistance). De plus, leur efficacité n'est guère supérieure aux autres mesures. Les arboriculteurs bio et en production intégrée (IP) sont très déçus de l'autorisation de l'emploi de la Streptomycine, accordée par l'office fédéral de l'agriculture. Nous espérons tous que les années prochaines soient plus tranquilles et que la bactérie *Erwinia amylophora* ne nous complique pas la vie et la récolte.

Christophe Schmid, arboriculteur biologique, Granges-Paccot, www.la-cigale.ch

Plus d'informations www.feubacterien.ch, un site de la station de recherche Agroscope Wädenswil 9

La primevère pour ouvrir le printemps



Par l'agriculture contractuelle, c'est l'autonomie, la souveraineté alimentaire, le respect d'une terre nourricière si généreuse dont il est entre autres question. Les simples¹ peuvent nous en parler : révélatrices de l'état de santé du sol, elles sont bio-indicatrices. Disponibles pour chacun d'entre nous, elles fournissent aliments

et remèdes. La connaissance étant un outil d'autonomie, elles sont vecteur de transmission des savoirs traditionnels (lien social entre les générations). Ne nécessitant d'opérations ni complexes, ni gourmandes en énergie, elles sont porteuses de simplicité et sobriété. Je crois que ce sont des valeurs que l'on partage par le biais du *Panier Bio*.

En ce mois d'avril, prenons la direction de la prairie maigre (pas asphyxiée par l'abus de purins), bien ensoleillée. Devant nous la clé du printemps : la primevère! Ou plutôt les primevères. La primevère officinale a un bouquet de fleurs d'un beau jaune vif au bout d'une tige érigée. Sa sœur, la primevère élevée, est jaune soufre. On peut récolter les deux espèces, l'officinale étant plus parfumée. La primevère acaule (fleurs solitaires au centre de la rosette) est moins employée, et on ne touchera pas la primevère auriculée (protégée) qui croît en montagne, aux feuilles charnues comme recouvertes de cire.

Les fleurs seront cueillies en pinçant à leur base puis mises à sécher à l'ombre, bien au sec. Leur couleur et agréable parfum seront gage d'une bonne qualité de séchage.

Propriétés : en tisane, la primevère est calmante (nervosité, migraine, enfants nerveux). Elle est aussi efficace contre les refroidissements (avec du thym par ex.). La racine est un puissant expectorant. Dans la tradition populaire, on faisait une huile de macération (comme pour le millepertuis) soulageant les rhumatismes.

Les jeunes feuilles et les fleurs peuvent agrémenter une salade et lui apporter une belle luminosité printanière.

On évitera la primevère pendant la grossesse.

Bonne cueillette !

Mathieu Schmitt

¹Le terme «simple» s'emploie pour désigner une plante médicinale.

Jeudi 17 avril 2008
Journée mondiale de la souveraineté alimentaire

Pour une agriculture de proximité!
Venez nombreux!

1. Marché paysan à Fribourg de 16h00 à 20h30 Passage entre la rue de Lausanne et la rue de Romont

Petite restauration, vente de produits bio du panier, stands d'info et animation (musique, jeux pour les enfants, ballons, etc.)

2. Table ronde sur la souveraineté alimentaire et l'accord de libre échange entre la Suisse et l'Union Européenne de 19h00 à 20h30 à l'Université de Fribourg

Avec les représentants des consommateurs (Fédération Romande des Consommateurs), des paysans (Uniterre), de la grande distribution, de la protection de l'environnement (WWF) et de l'administration fédérale (OFAG).

Journée organisée en collaboration avec Bio Fribourg; Gaïa, magasin bio à Bulle; Fribourg Solidaire, Uniterre, et l'Institut agricole de Grangeneuve, Posieux