

# Du **CHAMP** de Mars... au **de blé**



fermedefrancois.fr

Mars 2025

**n°34**

La Ferme de François - EARL TOUCHET MARTIN  
[fermedefrancois@gmail.com](mailto:fermedefrancois@gmail.com) 07 69 95 49 12

En 1976, François, le papa d'Hélène et Vianney, fonde une ferme qu'il convertit en BIO dès 1996. Thomas quitte les RH et la Défense en 2010 pour s'associer avec son beau-père. Hélène passe alors de la com' dans le 16è à la vente directe à la ferme ! En 2019, Vianney les rejoint après quelques années de droit. Nous produisons du porc, du veau, et du bœuf (race Limousine), élevés et engraisés à la ferme. 100% BIO .

**Les hirondelles ne sont pas vraiment revenues, (mais étaient-elles parties ?), les tas de fumiers fument encore aux lisières des champs. Les bords de Loire brunissent et laissent apparaître quelques champs encore marécageux. On sort les tracteurs. Avec prudence. Dans 8 jours c'est le printemps.**

**Vaches** – Depuis quelques jours le soleil daigne se montrer. On a failli oublier son existence ! Son retour annonce l'arrivée des bourgeons. Les buissons se couvrent de fleurs roses ou blanches, et doucement les sombres branchages verdissent. Il est temps de réviser les clôtures, changer quelques piquets d'acacia, retendre les fils barbelés et réparer les dégâts de l'hiver. Cet après-midi, le troupeau pourra rejoindre les pâturages. D'ici là, il patiente à l'abri, en stabulation. 34 petits veaux ont pointé le bout de leur museau depuis Noël. Joie de voir ces vies s'éveiller dans la paille, mais fatigue de veiller, surveiller, attendre, et parfois aider ces vêlages.

**Cochons** – Depuis septembre, le bâtiment qui abritait le moulin « historique » a été démonté et rapatrié à la ferme. Reconstitué et ré-aménagé, il sert désormais à abriter notre petit élevage de porcs. Ils sont désormais élevés dans de meilleures conditions. La litanie des travaux « faits maison » s'est égrainée tout au long de l'hiver : charpente, maçonnerie, couverture, chaulage, bardage, électricité... c'est presque fini. Pendant ce temps, les moulins tournent, les vaches ruminent, les clients défilent : la vie de la ferme ne s'arrête pas.

**Oiseaux** - Elanion blanc, locustelle tachetée, torcol fourmilier, chouette effraie... Les connaissez-vous ? Ils font partie des dizaines d'habitants aux alentours de la ferme. Nichés dans les arbres et buissons, les quelques 12 kilomètres de haies qui bordent nos champs sont un véritable vivier de biodiversité. Les visites régulières de la Ligue Protectrice des Oiseaux nous réjouissent et nous permettent d'élargir notre connaissance.

**Made in Angers** – Cette année, nous avons participé pour la première fois à l'opération « Made in Angers ». Plus de 160 entreprises de l'agglomération Angevine, tous secteurs confondus ouvrent leurs portes au grand public sous forme de visites commentées. Une jolie action de communication, et des visiteurs enchantés de renouer avec la campagne et l'origine de leur alimentation ! Quelques temps auparavant, une escapade au Salon de l'Agriculture était l'occasion d'échanger sur la place des femmes dans l'agriculture. Le travail est loin d'être achevé...

**Made in France... or not ?** – Nous assistons à l'effondrement de l'agriculture dans notre pays. Actuellement le nombre d'éleveurs est en voie de disparition. La production de viande française diminue, la France importe, les prix augmentent. Des éleveurs abandonnent la vente directe pour repartir vers les circuits longs qui valorisent (enfin !) mieux leur travail. Jusqu'à quand ?

Côté céréales, 2 années calamiteuses se font suite. Le blé va manquer cette année aussi. Dans les campagnes, les téléphones bipent : qui a des stocks ? Epeautre ? Blé ? Qui est vendeur ? Compliqué d'arbitrer, les quantités, les prix... la prochaine récolte a pour le moment les pieds dans l'eau.

**Avec ce printemps qui arrive, nous espérons des jours meilleurs et vous remercions de votre belle fidélité !**

**Thomas, Hélène, Vianney  
& toute l'équipe de la Ferme de François**



## **EFFILOCHÉ DE JONES DE VEAU**

Morceaux : jones de veau

Oignons, clou de girofle,  
romarin  
Bière

Dans une cocotte en fonte, faire légèrement dorer les jones dans de l'huile d'olive, puis couvrir de bière et ajouter les condiments. Laisser cuire à feu moyen 2 heures, la viande doit se défaire à la fourchette. Ajouter quelques oignons et pruneaux la dernière demi-heure.

Servir avec des pommes vapeur.

## **LANGUE DE BŒUF SAUCE PIQUANTE**

Morceaux : langue de bœuf  
(ou de veau)

Bouquet garni

Pour la sauce : beurre,  
farine, cornichons, vinaigre  
balsamique, muscade.

Champignons

Dans une grande marmite d'eau, faire cuire la langue au moins 3 heures. A la fin de la cuisson, déposer la langue dans un plat, retirer la peau épaisse et laisser refroidir. A froid, couper la langue en tranches et dresser dans un plat à four.

Filter le bouillon de cuisson. Dans une casserole faire fondre une noix de beurre, incorporer la farine et délayer avec le bouillon de cuisson. Ajouter une pointe de vinaigre. Assaisonner. Ajouter les cornichons en lamelles et les champignons. Couvrir les tranches de viande de sauce et réchauffer au four.

Servir bien chaud avec du riz.

## **SAUCISSES - LENTILLES : ULTRA SIMPLE ET TELLEMENT BON !**

Morceau : saucisses de  
porc, poitrine

Lentilles  
Carottes

Feuille de lauriers, oignons,  
ail, sel et poivre.

Rincer les lentilles à l'eau froide. Couper les tranches de poitrine en gros dés et les carottes en rondelles.

Dans une cocotte, couvrir généreusement d'eau les lentilles, ajouter la viande et les condiments. Faire cuire environ 40 minutes à feu moyen.

### **INFO CONSO :**

**Les steaks hachés et les produits transformés** doivent être soit congelés, soit consommés plus rapidement que les autres morceaux de viande. (Voir date sur l'emballage). Prudence nos réfrigérateurs de cuisine sont souvent aux alentours de 4°-5° et non entre 0° et 2° comme indiqué sur les emballages.

**Les saucisses et merguez de bœuf** accompagnent bien une ratatouille, un couscous ou tout plat en sauce.