

« petit éditto sans façon »

Chers Amis sellistes,

nous avons eu le plaisir de vous retrouver lors de notre AG annuelle, le 24 mars, et de partager avec vous une soirée tout aussi gastronomique que conviviale . Le collectif vous remercie de votre présence chaleureuse et aussi des compliments aux divers cuisiniers qui nous ont régautés !

En se réunissant pour débriefer, le collectif a pensé nécessaire de développer information, communication pour renforcer et étendre les liens entre sellistes .

Nous avons donc décidé de publier une Newsletter 3 fois par an.

Vous y trouverez les compte-rendus d'AG et/ou de réunion, mais aussi les informations quand aux activités proposées (afin de vous en rappeler dates et organisation), des information pratiques et, pour cette fois, les recettes des plats que vous avez appréciés lors de notre repas d'AG.

Vous la recevrez en mail (n'oubliez pas de vérifier vos spams...). Une version imprimée sera disponible sur demande.

N'hésitez pas à nous contacter pour toute suggestion ou demande, que ce soit pour le fonctionnement du SEL ou simplement concernant la newsletter.

Nous essayons d'assurer le fonctionnement de l'association du mieux que nous pouvons mais SelZéCeux : c'est ...vous ! Alors n'hésitez pas à intervenir !!

A très bientôt
Le collectif d'animation solidaire....

Sommaire :

Éditorial	p1
Compte-rendu de l'Assemblée Générale Ordinaire	p 2 - 3
Quelques recettes	p 4 - 5
Dates à retenir	p 6

Compte-rendu de l'Assemblée Générale Ordinaire de l'association SelZeCeux, 24 mars 2018, à 19 h 30, salle communale du p'ti Vilco.

Ordre du jour :

- présentation du rapport moral
- présentation du rapport financier
- présentation de l'étude statistique des activités de 2017
- projets proposés pour 2018
- élection du collectif d'animation 2018
- questions réponses

Présentation des membres du collectif 2017 :

Josiane Barbier
Catherine Germain
Catherine Delhayé
Tony Damoville
Patrick Boettcher
Jackie Dusseaux
Françoise Houel

Présentation du Rapport Moral par Françoise Houel:

« Bienvenue à tous.

En y regardant bien, nous avons eu une belle activité !

En 2017, comme vous le savez sûrement tous, après décision unanime du CA, nous avons acheté une plastifieuse ! Patrick s'est occupé de l'achat sur le « Bon Coin » pour la somme de 70 € (occasion récente). Catherine G l'a essayée, étudiée pour faire une notice d'utilisation, et installée dans la bibliothèque. Elle est à la disposition de tous, utilisable en grains ou en € !

Achats de 12 livres sur le thème de l'économie sociale et solidaire (projet voté lors de l'AG 2017), pour un montant de 148,65 €. Ces livres sont à la disposition de tous à la bibliothèque qui a accepté de les enregistrer afin d'en faciliter le prêt. (Pour info, les "Jardins De la Renarde" ont également acheté une série d'ouvrages sur le thème du jardinage écologique et Permaculture, à disposition également). Prêt gratuit sur simple inscription. La bibliothèque est ouverte 4 jours par semaine. Voir les horaires sur le site de la mairie de Villeconin.

Des actions en partenariat avec le p'ti Vilco et les Jardins de la Renarde (JDR):

- Projection des films "Demain" au p'ti Vilco le 4 février et de « Sacrée Croissance » en octobre dernier !
- Permaculture le 18 février
- Vide-dressing de printemps le 19 mars : paiement en grains ou en euros
- Vide-dressing d'automne le 1er octobre en même temps que le marché du terroir !
- 2 interventions sur la Permaculture
- 2 sorties : à la découverte des plantes sauvages comestibles
- 1 initiation à la couture !
- 1 initiation sur les tisanes.

Par ailleurs, nous pouvons constater que désormais, de nombreux échanges de biens ou de services sont réalisés sans comptage de grains, dans un esprit amical et désintéressé. C'est aussi cela le sens d'un SEL !

Le Rapport Moral est voté à l'unanimité.

Présentation du rapport financier par Josiane Barbier.

Le Rapport Financier est voté à l'unanimité.

Il est joint au compte-rendu imprimé et à disposition sur demande

Présentation du bilan des transactions par Patrick Boetcher.

Le fait marquant est une baisse du volume de grains échangés, et du nombre de transactions en 2017. Le délai entre la restitution des carnets et la perception des nouveaux peut expliquer en partie ce constat.

Présentation des projets pour 2018 par Catherine Germain :

Nous avons quelques projets pour 2018 !

Déjà, nous nous sommes investis pour cette soirée de rencontre festive !

Le vide-maisons qui a lieu le 8 avril demande de l'organisation et Josiane s'y investit largement. 17 lieux seront ouverts.

Un projet de Gratiféria / Journée de la Gratuité : chacun apporte ce qu'il n'a pas vendu aux différents vide-greniers, vide-maisons, vide-dressing...Et le donne tout simplement à ceux qui sont intéressés qui peuvent repartir avec l'objet convoité.

Nous pensons à 2 dates pour cela : le dimanche 7 octobre, au marché du terroir ou le 8 septembre avec le forum des associations.

Un troc plantes sera aussi proposé une ou deux fois dans l'année en partenariat avec les Jardins de la Renarde

Avez-vous des propositions à faire !

Nous pourrions peut-être aussi faire un autre investissement utile à tous comme la plastifieuse !

Nous accueillons volontiers les idées !

Élections du collectif 2018 :

Renouvellement du collectif :

Jackie Dusseaux ne renouvelle pas sa candidature. Le reste du collectif se représente.

Suite à l'appel à candidature, aucun adhérent n'a proposé sa candidature.

La réélection du collectif est votée à l'unanimité.

Le collectif pour 2018 sera composé de :

Catherine Delhaye

Catherine Germain

Françoise Houel

Josiane Barbier

Patrick Boettcher

Tony Damoville

Séance de questions/réponses et remarques :

Florence C a une remarque concernant l'achat de livres en prêt par l'intermédiaire de la bibliothèque. Elle trouve cette action peu en lien avec l'activité du SEL. Cependant ce projet avait été votée lors de l'AG 2017.

Philippe P déconseille de placer la Gratiféria le jour du forum des associations, car les visiteurs manquent de disponibilité lors de cette journée déjà chargée. La journée du marché du terroir serait mieux adaptée.

L'AG s'est terminée par un repas en grande partie bio et fait maison offert par l'association, dans un esprit très convivial.

Un grand merci au collectif et à Florence Chambon pour les préparatifs.

Merci surtout à tous les adhérents ayant pu assister à l'AG et apporter la bonne ambiance de cette soirée.

Cake salé aux carottes

Ingrédients :

3 ou 4 carottes
4 œufs
3 c à s de farine de coco
2 c à s d'huile de coco
1 c à c de poudre de gingembre
1 c à c de bicarbonate de soude
1 demi sachet de levure chimique
1 pincée de sel
100 g d'olives noires dénoyautées
1 grosse poignée de noix

Râper les carottes

Mélanger farine de coco, huile de coco, gingembre, levure, bb de soude et sel.

Ajouter les 4 œufs,

Puis les carottes râpées, les noix et les olives, mélanger.

Verser dans un moule à cake.

Cuire 1 heure au four à 180, 200 °c.

Bon appétit !

Saumon Zaza

Ingrédients pour 4/6 personnes

- 4 tronçons de saumon bio
- 500g de gros sel de Guérande ou de Noirmoutier
- 250g de sucre blond bio
- 3 tours de moulin à poivre
- crème fraîche
- wazabi

Oter la peau des morceaux de poisson en passant un couteau effilé au ras. Les poser dans un plat à rebord haut en laissant un petit interstice entre chaque

Mélanger le sel, le sucre et le poivre

Recouvrir complètement le poisson (on ne doit plus l'apercevoir)

Mettre un film sur le plat et le plat au frigo pour 12 à 15 heures (une bonne nuit !)

Le lendemain , reprendre les morceaux de poisson et les rincer à l'eau courante : ils sont devenu, plus sombres et fermes, comme « confits ». On peut les diviser en « cubes » pour les servir à l'apéritif ou les garder entiers, en entrée...

Préparer la sauce d'accompagnement en mélangeant une belle quantité de crème fraîche avec la pâte de wazabi... quantité à votre convenance mais en faisant attention car trop de wazabi nuirait à la délicatesse du goût...

SALADE DE CAROTTES D'INSPIRATION JAPONAISE

Ingrédients

- 200 g de carottes
- 1cs de miso
- 2 cc de vinaigre de riz
- 1 cc de sirop d'érable
- 1cc de tamari
- 1 cs d'huile neutre (tournesol, par exemple)
- 1 petit morceau de gingembre frais

1. Râper les carottes.
2. Mettre le miso dans un petit bol et rajouter le vinaigre, en fouettant. Puis ajouter le sirop d'érable et le tamari, suivi de l'huile. Verser cette préparation sur les carottes et mélanger doucement.
3. Eplucher et râper finement le gingembre, et l'incorporer dans la salade.

Sashimi de Maquereau mariné

Ingrédients pour 3

2 maquereaux en filets
poivre
gros sel gris
algues coréennes wakamé
préparation vinaigrée pour sushi
gingembre
huile de sésame
jus d'orange
sauce soja

Mettre les algues à réhydrater dans un bol d'eau
Poser les filets côté peau dans une assiette après avoir retiré les plus grosses arrêtes, les poivrer et les recouvrir de gros sel ; laisser $\frac{3}{4}$ d'heure
Rincer à l'eau courante

Poser une couche de wakamé sur une assiette, poser les maquereaux côté chair, recouvrir à fleur de peau de préparation vinaigrée pour sushi + $\frac{1}{2}$ cuillère à café d'huile de sésame + $\frac{1}{2}$ jus de gingembre frais , bien répartis ;
laisser mariner 1h30
retirer le vinaigre
presser les wakamés pour éliminer le vinaigre restant puis reposer dans l'assiette, remettre les maquereaux dans le même sens et recouvrir avec les reste de wakamé non marinés
fermer avec un film plastique et mettre 24h au frigo

Pour servir :

Retirer la peau des filets en laissant la couche colorée
Mélanger wakamés marinés et non marinés, bien les presser, couper en lamelles et assaisonner avec 1cs de jus d'orange + 1cs sauce soja + 1cc huile de sésame
Disposer
dessus les filets découpés en morceaux de 2cm
On peut déguster en trempant les filets dans une coupelle de sauce soja +/- wazabi



DATES À RETENIR

- Conférence sur la Permaculture
en partenariat avec le p'ti Vilco et les Jardins de la Renarde
Samedi 19 mai - 15h
- Journée de la gratuité - Gratifieria
le **Dimanche 7 octobre**, jour du Marché du Terroir
- Restez vigilants : d'autres activités pourront être organisées et nous vous préviendrons alors par mail

En attendant, n'hésitez pas à multiplier vos échanges...
et n'oubliez pas de consulter le « Jardin des Ressources »
qui est remis à jour régulièrement sur :

<http://selzeceux.fr/jardin-des-ressources/>