



La Feuille de Chou chapitre 37 15 juin 2021

Bonjour à tous. Ça y est, nous y sommes, c'est bientôt l'été et nous pouvons nous retrouver, profiter du bon air, de nos bords de Marne, du joli centre-ville et de nos quartiers. La municipalité est ravie de vous proposer nos moments de rassemblements en cette fin d'année scolaire. Le Goûter Fleuri aura bien lieu au Parc des Cités Unies, inscrivez-vous au CCAS. Nous allons prendre le temps de chanter, danser, papoter, nous serons accompagnés par les jeunes bénévoles de la Ville. Nous allons enfin nous RETROUVER !

PARURE ESTIVALE

Corinne Delarmor, poète Perreuxien

Connaissez-vous le vent de juin,
Celui de cinq heures du matin,
Qui coiffe des ifs la cime
Et se mêle au chant des oiseaux,
Défroisse le nuage engourdi de
sommeil
Semblant ourdir un jour, chaque
heure, encore plus beau ?

Il faut longtemps tendre l'oreille
Et ravir de cette aurore,
Orchestrée par le quartz rose,
La cornaline et la citrine,
Avant que ne jaillisse l'or
Sur un ciel d'un bleu
monochrome !

Les danses aux jardins,
Ornées de coton et de lin,
Les chapeaux aux terrasses,
Masquent les pensées lasses,
Les rires des enfants
Accrochent des sourires,
De la couleur aux souvenirs,
Avant la jaunisse des champs !

Ouvrons la fenêtre et écoutons le chant des oiseaux. Ils célèbrent eux aussi les beaux jours et le doux soleil revigorant.

Dans nos arbres du Perreux se cachent une multitude d'oiseaux différents : les pies et les geais au chant si reconnaissable. Les tourterelles et les pigeons ne cessent de conter fleurette, ils surveillent la maturité des premières cerises sur les grands arbres de nos jardins... Tous les petits oiseaux : rouge gorge, mésanges, hirondelles volètent gaiement. Le merle chante joyeusement le soir, pour charmer les belles. Le ciel perreuxien héberge aussi des perruches vertes au cri exotique.

Les 29 et 30 mai 2021 étaient les journées de comptage des oiseaux des jardins.

« La LPO (ligue de protection des oiseaux) et le Muséum national d'Histoire naturelle sont heureux de vous accueillir sur le site de l'observatoire participatif "Oiseaux des Jardins". Apprenez à reconnaître les oiseaux et comptez-les régulièrement dans votre jardin, dans un parc public ou même sur votre balcon !

Savez-vous les reconnaître ? »

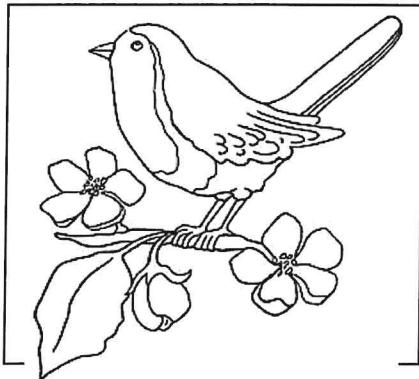
Vous êtes ainsi des milliers d'observateurs chaque année depuis 2013 à faire avancer la connaissance des oiseaux de nos jardins en partageant vos données.

Un drôle de légume ! Le saviez-vous ?

Les bettes sont aussi appelées blettes, poirés ou bettes à carde au Québec ou encore d'autres appellations selon les régions. C'est une plante potagère proche des betteraves. Sa meilleure période de consommation est de juin à novembre. Il existe plusieurs sortes les bettes à tiges blanches, à tiges jaunes ou rouges. Les tiges peuvent atteindre 2 m de hauteur. Dans ce cas, on cuisine le vert et les côtes séparément car ils ne demandent pas le même temps de cuisson. Le vert est souvent cuisiné comme les épinards. Quand elle est vendue en petits bouquets denses et assez bas, il est préférable de manger les deux ensemble car les côtes sont plus tendres.



**Saint Médard
éclaircit
Fait le grenier garni !**



Poêlée de bettes cardes à la tomate.

Au marché : une botte de bettes, une poignée d'olives noires, un oignon doux, une tomate, une boîte de tomates concassées.

Laver puis couper les bettes en tronçons de 2 cm, émincer l'oignon, trancher la tomate.

Cuire les bettes à la vapeur ou dans une casserole d'eau jusqu'à ce qu'elles soient fondantes, égouttez-les bien..

Faire revenir les oignons dans une poêle avec une cuillère d'huile d'olive. Ajouter les bettes cuites, la tomate, puis verser le contenu de la boîte de tomates concassées, et les olives.

Faites fondre 10 à 15 minutes, laisser le surplus d'eau s'évaporer. Servir tiède ou froid avec une viande ou un poisson. Délicieux tout seul aussi !

E	S	E	E	N	G	O	G	I	C
S	E	T	L	N	O	R	E	H	Y
U	G	T	L	A	E	E	O	I	G
B	N	E	I	N	O	U	I	B	N
F	A	U	A	R	E	E	E	O	E
A	S	O	C	T	H	I	L	U	I
I	E	M	T	D	E	P	G	B	N
S	M	E	N	O	E	G	I	P	R
A	E	L	U	O	P	S	A	T	C
N	L	O	N	G	I	S	S	O	R

- ROSSIGNOL
- CHOUETTE
- MESANGES
- MOUETTE
- CIGOGNE
- FAISAN
- PIGEON
- CAILLE
- HERON
- HIBOU
- CYGNE
- AIGLE
- POULE
- IBIS
- BUSE
- PIE
- OIE



Belles
Journées
Profitez
du
bon air
et de la
lumière

