



PRESENTATION DE LA FERME

Je suis installé sur la ferme familiale depuis 1984 et, il y a 17 ans, ma femme et moi avons converti l'exploitation en agriculture biologique. Notre fils de 23 ans nous a rejoint depuis peu, à mi-temps, tout en étant pompier volontaire. Ensemble, nous produisons du blé, de l'orge, du sarrasin, de la cameline, des **lentilles vertes**, des **pois chiches**, des **haricots secs**, des **pois cassés** et du **quinoa**, mais aussi de la luzerne et des féveroles pour l'alimentation animale. La ferme se situe sur un plateau séchant entre deux vallées dans la commune d'Etampes, sans irrigation.

Depuis quelques années, les aléas climatiques compliquent nos méthodes de travail, d'où l'intérêt pour nous de cultiver des plantes moins gourmandes en eau comme le sarrasin et les légumes secs.

Toute notre récolte était jusqu'à présent livrée à des coopératives ou des transformateurs, et c'était frustrant de ne pas aller plus loin dans la transformation et la commercialisation pour se rapprocher des consommateurs. Depuis septembre 2016, nous avons décidé de faire du circuit court en proposant directement notre production de légumes secs (lentille verte et pois chiche dans un premier temps). En fait, c'est l'arrivée de notre fils qui nous a permis de rendre cette démarche possible car cela nécessite de nombreuses heures de travail avant que le produit soit commercialisable...

Le pois chiche est trié sur l'exploitation. Naturellement, il existe des pois chiches plus foncés qu'il est difficile d'enlever. Il suffit de les retirer lors du rinçage avant cuisson.

Nous proposons depuis janvier 2018, en complément de nos lentilles vertes et de nos pois chiches, des haricots blancs, des pois cassés et du quinoa. Il est important de préciser, concernant le quinoa, qu'il est nécessaire de bien le laver plusieurs fois afin d'éliminer la saponine qui lui donne de l'amertume. Il existe des variétés sans saponine qui ont été modifiées et elles ne sont pas accessibles aux agriculteurs pour leur propre production. Cela dit, le quinoa produit naturellement de la saponine pour se protéger des oiseaux et des insectes...

Les pois chiches et les haricots secs nécessitent une durée plus ou moins longue de trempage (cf. conseils de cuisson et recettes).