**Thierry Vallarino**

Maraîcher à la Cadière d’Azur

Adhérent de « Les AMAP de PROVENCE », réseau régional du MIRAMAP »

A La Cadière d’Azur où il est un des derniers maraîchers bio, il lui faut pugnacité et passion pour persévérer entre les aléas de la météo, les prédateurs ailés ou à grandes oreilles, la convoitise immobilière et l’expansionnisme viticole.

Thierry Vallarino exploite depuis trois décennies deux hectares au cœur de l’AOP Bandol. Soucieux de la terre, de la qualité de ses produits il n’a de cesse de chercher à faire évoluer ses pratiques entre demande des amapiens et pragmatisme de leur mise en culture (rotation des cultures, jachères pour le repos des sols, culture sous serre ou de plein champs, temps d’occupation du sol par production…).

En toute saison il fournit des légumes dont la qualité gustative et la fraicheur ravissent nos papilles. Quelques fraises peuvent venir compléter le panier à la belle saison.

Composition type de paniers :

Contrat été (de mai à octobre) Contrat hiver (novembre à Avril)

Tomates longues, rondes, jaunes rouges… Carottes fanes

Courgettes longues, rondes, jaune ou vertes pomme de terre

Aubergines (blanches ou violettes) poireaux

Poivrons brocolis

melons navet

Pomme de terre choux variés

Celeri rave courge

Salade épinard ou blette

Basilic salade

persil