

La Feuille de Choux

Semaine 1 – Année 2020



Le Pays fait son jardin



Réseau Cacaïne



Dans votre panier cette semaine :

| Légumes | Prix à l'unité | Estim. panier | Prix panier |
|---|----------------|---------------|---------------|
| Carottes | 2.70€/kg | 1kg | 2.70€ |
| Céleri rave | 2.90€/kg | 500g | 1.45€ |
| Poire de terre | 4.00€/kg | 600g | 2.40€ |
| Pomme de terre Alians | 2.00€/kg | 1kg | 2.00€ |
| Pourpier | 10.00€/kg | 200g | 2.00€ |
| Produits issus de l'agriculture biologique Catégorie II Certificateur : FR-BIO-10 / Agriculture France | | | 10.55€ |

Coup d'œil sur le Jardin

Les ateliers hivernaux sont de retours ! Ainsi chaque jardinier, en plus de son activité maraîchère, est amené à participer à un ou plusieurs ateliers proposés le mercredi matin :

- Atelier Français mené par Hubert (Bénévole de l'association)
- Initiation aux outils numériques par Anais (salariée du Jardin)
- Conception de fiches cultures par Michaël (encadrant technique)
- Conduite de tracteur par Paul (encadrant technique)

Dispositif de Reconnaissance des Acquis de l'Expérience

Ce début d'année, 6 salariés du Pays fait son Jardin vont suivre un parcours de Reconnaissance des Acquis de l'Expérience (RAE).

Cette démarche de reconnaissance des compétences et des savoir-faire part du postulat que toute expérience est apprenante : « Si la vie est une grande école, on ne sait pas toujours ce qu'elle nous a appris. La RAE permet à chacun de reconnaître les compétences mobilisées dans l'expérience ».

Ainsi, les salariés engagés dans ce processus seront amenés à se positionner sur un référentiel métier et une expérience vécue. De là, chacun devra formuler, analyser et expliquer les compétences mobilisées dans les différentes tâches effectuées afin de les valoriser devant un jury lors d'un entretien et se voir remettre une attestation d'acquis d'expérience.

Cette démarche vise à favoriser la professionnalisation, elle permet de lever des doutes, de renforcer une situation de réussite et de se projeter positivement vers l'avenir.

Sur le jardin Stéphanie, Damien et Marc se sont positionnés sur le domaine de la production horticole ; Olivia et Maxime sur le référentiel de jardinier paysagiste ; et Elodie sur le métier de chauffeur livreur.

Période d'adhésion

Sept 2020 – 14 mars 2021

Horaires de distribution

| | |
|-------------------|--------------------|
| Le Theil | vendredi 9h30-19h |
| La Guerche | vendredi 11h - 19h |
| Zanzé | mardi 15h - 18h30 |
| Vitré | mardi 16h - 19h |



Le Relais pour l'Emploi

Ensemble, pour l'homme, trouvons des solutions

Siège social

6 rue Louis Pasteur
35240 Retiers
02 99 43 60 66

paniers@lerelaispourlemploi.fr



Ce projet est cofinancé par le Fonds social européen

Site de production

La Rigaudière
35240 Le Theil-de-Bretagne
www.lerelaispourlemploi.fr

POIRE DE TERRE et POURPIER

La **poire de terre** est un légume qui a la forme d'une grosse patate et la texture croquante d'une poire. En Amérique du sud, elle est cultivée dans les régions andines, du Pérou à l'Équateur, où on l'appelle le **yacon**.

Conseil de préparation

Cru : après épluchage des racines, la chair croquante et sucrée du yacon se déguste une fois coupée en cubes ou en tranches, en salade par exemple. On peut aussi le râper (gros).

Cuit : surtout frit en chips ou cuit dans sa peau pour le manger à la cuillère (pour les gourmets). Également en purée ou en gratin (pas trop cuit).

Et aussi : en sirop (tranches de racines dégorgeant dans le sucre), en infusion (séché), mi-cuit et servi tiède, etc.

Gâteau de poire de terre

Préparation : 20 min. | Cuisson : 30 min.

Ingrédients:

| | | |
|--|------------------------------|------------------------|
| 175g de sucre cassonade | 100g de raisins | Le zeste d'une orange |
| 175g d'huile de colza ou tournesol | 50g de noix hachées | 1 cc de cannelle |
| 3 œufs | 1 cc de poudre à lever | 175g de farine type 65 |
| 1 pincée de noix de muscade | 175g de poire de terre râpée | |
| Pour le glaçage : 120g de sucre glace // 2 ou 3 cc de jus d'orange | | |

Préparation

Préchauffer le four 180°C. Mettre du papier cuisson dans un moule à gâteau de 20cm de diamètre.

Mélanger le sucre et huile dans un grand bol. Ajouter les œufs et mélanger. Puis ajouter la poire de terre râpée, les raisins, noix et zeste d'orange et mélanger.

Dans un autre bol mélanger farine, cannelle, noix de muscade et poudre à lever. Incorporer ce mélange à la pâte avec une grande cuillère et verser la préparation dans le moule.

Faire cuire environ 40 minutes ou jusqu'à ce que le dessus du gâteau soit doré et ferme au toucher. Sortir du moule et laisser refroidir.

Préparation du glaçage : mélanger juste suffisamment de jus d'orange au sucre glace pour obtenir la consistance d'une crème semi-épaisse. Etaler sur le gâteau avec une spatule.

Velouté de pourpier aux pistaches

Pour 4 personnes

Ingrédients:

| | |
|-------------------------------|--|
| 1 belle botte de pourpier | 75 cl d'eau |
| 2 pommes de terre moyennes | 15 gr de beurre |
| 2 oignons blancs frais | sel et poivre |
| 30 gr de pistaches non salées | 1 cuil à soupe de crème liquide (facultatif) |



Préparation

Décortiquer les pistaches et les jeter quelques secondes dans l'eau bouillante pour en ôter la peau plus facilement. Nettoyer le pourpier en éliminant les tiges dures et en ne gardant que les plus tendres. Laver et égoutter. Éplucher les pommes de terre et les oignons blancs.

Dans une petite cocotte, faire fondre l'oignon émincé dans le beurre. Ajouter le pourpier et faire fondre également en mélangeant. Ajouter enfin les pommes de terre en petits morceaux et les pistaches (en réserver quelques une pour la décoration). Verser l'eau et le bouillon de légumes, saler et poivrer. Couvrir et laisser mijoter à feu doux pendant 15 minutes.

Pendant ce temps hacher grossièrement les pistaches restantes. Mixer le velouté, ajouter la crème et rectifier l'assaisonnement si besoin. Servir bien chaud saupoudré de pistaches.