

La Feuille de Choux

Semaine 31 – Année 2019



Le Pays fait son jardin



Réseau Cavaignac



Dans votre panier cette semaine :

Légumes	Prix à l'unité	Estim. panier	Prix panier
Aubergines	4.00€/kg	500g	2.00€
Concombre	1.30€/p.	1	1.30€
Courgettes	2.50€/p.	700g	1.75€
Pommes de terre nouvelles	3.50€/p.	500g	1.75€
Tomates anciennes	4.50€/kg	500g	2.25€
Tomates cerises	8.00€/kg	250g	2.00€
Produits issus de l'agriculture biologique / Catégorie II Certificateur : FR-BIO-10 / Agriculture France			11.05€

Les Etincelles Aquatiques

La 26ème édition des Etincelles Aquatiques aura lieu les 7, 8, 9 et 10 août 2019 à Martigné-Ferchaud.

Tout commence à la tombée de la nuit ! Les Etincelles Aquatiques sont un spectacle musical, chorégraphique et pyrotechnique où les fées de l'air, de l'eau, du feu et de la terre se donnent rendez-vous sur l'étang de La Forge, pour entraîner le public dans le Pays des Fées, frontière entre rêve et réalité où se mêlent imaginaire et traditions de notre région.

Nous tenons tout particulièrement à les remercier de leur soutien. Le prêt de leur moto-pompe nous a grandement servi dans l'irrigation de nos terrains !

A la recherche de ...

Nous sommes à la recherche d'une personne ayant des connaissances en plantes sauvages comestibles et médicinales. L'idée ? Proposer une balade découverte autour de ces plantes.

Si vous connaissez une personne ayant ces compétences et pouvant être intéressée, contactez nous !

Coup d'œil sur l'équipe

L'équipe change au jardin !

Ainsi, **Ali** nous a quitté la semaine dernière. Son expérience auprès du jardin lui a notamment permis d'acquérir des compétences dans le maniement de tracteurs et d'outils attelés. Son projet professionnel l'amène aujourd'hui à développer une activité maraîchère sur une exploitation familiale en Tunisie mais il reste à l'affût d'un travail maraîcher en France. Nous lui souhaitons bonne route !

L'équipe s'est également agrandi cette semaine avec l'arrivée de **Jean-Yves** en tant que jardinier et de **David** sur un nouveau poste d'ouvrier polyvalent. Ce dernier sera chargé de l'entretien des espaces verts sur le jardin, de divers bricolages sur les bâtiments et pourra s'occuper de réparations d'ordre mécaniques en fonction des besoins et des compétences de la personne sur ce poste.

Période d'adhésion

18 Mars – 15 Septembre 2019

Horaires de distribution

Le Theil	jeudi 12h - 14h 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, créateurs de 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

MEMENTO DE NOS VARIETES DE TOMATES



Cœur de Bœuf rose

Variété semi tardive (80 à 100 jours) produisant des fruits roses de très gros calibre en forme de cœur. Sa chair délicieuse et juteuse, contient peu de graines.

Usage culinaire : soupe, salade, confitures, gelée ou gaspacho...



Andine Cornue

Tomate en forme de piment, appelée aussi cornue des Andes. Cette variété rustique a été rapportée il y a quelques années de la Cordillère des Andes par un collectionneur français. Saveur forte de tomate et chair dense, sans graines et sans jus.

Usage culinaire : En salade. Idéale pour les coulis et pour confire.



Cindel

Variété à très beaux fruits remarquables par leur couleur au stade mature rouge vif, sa haute teneur en jus et leur goût légèrement acidulé. Bonne qualité gustative.

Usage culinaire : se déguste crue (en salade et assaisonnée de vinaigrette) ou cuite (farcié, à la poêle ou en coulis).



Black cherry (cerise noire)

Cette variété de mi-saison originaire des USA produit de belles grappes de tomates-cerises d'environ 20g, de couleur pourpre. Les plantes sont vigoureuses et productives.



Capriccio

Type cerise allongée (mini Roma) à fruits ovoïdes alliant productivité et saveur. Fruit de très belle coloration, rouge brillant, d'excellente qualité gustative. Poids moyen 8 à 10g.

Usage culinaire : Pour apéritifs, salades, cocktails.

Caviar d'aubergine

Ingrédients

2 aubergines

1 jus de citron

1 yaourt de brebis

2 c. à soupe de purée de sésame

1 cuillère à soupe d'huile de sésame

1 gousse d'ail

Sel, paprika

Préparation

Laver les aubergines. Sans les peler, découper en grosses rondelles. Cuire pendant 20 minutes à la vapeur. Égoutter soigneusement, en pressant un peu si besoin. Mixer grossièrement. À la fourchette ou au mixeur, mélanger avec le jus du citron, le yaourt, l'huile, l'ail pressé, le sésame, une bonne pincée de sel et du paprika à discrétion. Servir bien frais.