

La Feuille de Choux

Semaine 7 – Année 2022



Le Pays fait son jardin



Réseau Cocagne



Dans votre panier cette semaine :

Légumes	Prix à l'unité	Estim. panier	Prix panier
Céleri rave	2.90€/kg	600g	1.74 €
Mâche	12.00€/kg	200g	2.40 €
Oignons rouges	3.00€/kg	500g	1.50 €
Panais déclassés	2.00€/kg	750g	1.50 €
Poireau	2.70€/kg	500g	1.35 €
Pommes de terre Alians (chair ferme)	2.00€/kg	600g	2.00€
Produits issus de l'agriculture biologique Catégorie II Certificateur : FR-BIO-10 / Agriculture France			10.49€

Pour accéder à votre solde :

Connexion au site :

www.lepaysfaitsonjardin.cocagnebio.fr

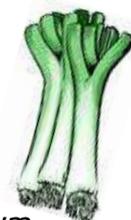
Identifiant : votre mail

Mot de passe : votre mot de passe

Le Coin des Recettes

Quiche aux poireaux et Saint-Nectaire

Préparation : 40 min. | Cuisson : 40 min.



Ingrédients:

Ingrédients pour l'appareil

3 poireaux 50 g d'emmental râpé
1 oignon jaune sel poivre
50 g de beurre 250 g de Saint-Nectaire
1 càs d'huile d'olive
2 oeufs
150 ml de crème liquide

Ingrédients pour la pâte brisée au thym

200 g de farine
1 belle pincée de sel
1 càc de thym
90 g de beurre froid coupé en dés
1 œuf
2 c-à-s d'eau froide

Préparation

Préparation de la pâte

Mélanger la farine le sel et le thym dans un saladier et ajouter le beurre et mélanger du bout des doigts pour faire comme un crumble.

Ajouter ensuite l'œuf et l'eau une cuillère à la fois et mélanger jusqu'à ce qu'une boule se forme. Réserver au frais minimum 1h.

Préparation de l'appareil

Emincer les poireaux et l'oignon.

Faire chauffer une poêle à feu moyen avec le beurre et le filet d'huile.

Y faire revenir les poireaux et l'oignon à couvert pendant 25min en remuant de temps en temps.

Dans un bol, mélanger les oeufs, la crème et l'emmental râpé. Saler et poivrer.

Couper le Saint-Nectaire en gros dés et le verser avec les poireaux dans la préparation. Réserver.

Préparation de la tarte

Préchauffer le four à 190°.

Abaisser la pâte et piquer le fond.

Verser l'appareil dessus.

Enfourner à mi-hauteur pour 40min.

Période d'adhésion

Septembre 2021 – 13 Mars 2022

Horaires de distribution

Le Theil vendredi 9h30-19h

La Guerche vendredi 11h - 19h

Janzé 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



UNION EUROPÉENNE

Ce projet est cofinancé par le Fonds social européen

Site de production

La Rigaudière

35240 Le Theil-de-Bretagne

www.lerelaispourlemploi.fr

Paroles du Jardin : portrait d'une salariée

Avec Chloé, ouvrière maraichère ayant une expérience journalistique, nous continuons ce nouveau format d'article dans la feuille de chou : **les paroles du Jardin**. Le but est tout simple, recueillir les témoignages des personnes liées au Pays fait son Jardin que ce soit des salariés, des adhérents, des bénévoles.

Si vous avez envie de partager votre expérience, des anecdotes n'hésitez pas à nous en faire part, nous serons ravis de relayer votre récit !

Cette semaine, **nous vous proposons le témoignage de Gwendoline.**

Gwendoline, 25 ans, ouvrière maraichère depuis 1 an vient tout juste de quitter le Jardin pour de nouvelles aventures, l'occasion pour nous de revenir sur son parcours.

« C'est ma mère qui m'a conseillé de venir au jardin car elle y a été salariée ». Gwendoline avait dans un premier temps besoin d'un suivi des papiers administratifs car toute seule c'était un peu compliqué, « ma mère m'avait dit que Coralie était gentille ». Coralie, conseillère en insertion professionnelle l'a en effet accompagnée tout au long de son projet personnel et professionnel.



Après un CAP service à la personne qui ne l'a pas motivée, Gwendoline n'a pas eu d'autre choix que de travailler dès ses 18 ans. « J'ai été salariée pendant 6 ans dans des usines agroalimentaires mais ça ne me plaisait pas », précise-t-elle, « j'avais envie de travailler en plein air car j'adore ça ».

C'est une des raisons de sa venue au Jardin ! Contrairement à l'usine où il y a une cadence à tenir, le chantier d'insertion lui a apporté de la bienveillance, de la mixité et du soutien. « Ici, les chefs nous suivent bien, ils sont à l'écoute, si jamais on ne réussit pas ils nous réexpliquent. Sans eux on serait pas quoi faire. Je me suis vite intégrée, on rigole bien avec les collègues, il n'y a pas de discrimination, on s'entend bien, c'est le plus important. »

Durant son passage Gwendoline a été référente de la récolte des salades sur les mois d'été. « C'était trop bien, le temps passait vite, j'y allais souvent seule et j'aimais bien les toucher, les récolter » nous confie-t-elle. Par contre « l'hiver la récolte de mâche alors qu'elle était gelée c'était galère ». Elle a tout aimé au jardin, seuls petits bémols le froid de l'hiver et la canicule.

Elle a acquis de nouvelles compétences grâce aux permanences magasin et à la formation tracteurs. « L'utilisation de la caisse, le contact et la relation client m'ont donné plus confiance en moi. Les adhérents sont tous gentils ! » se réjouit-elle. « J'ai beaucoup aimé la formation tracteur, j'adore conduire même si je stressais un peu en ramenant les caisses de légumes, il y en a même une qui est tombée une fois sur la route ! » se souvient-elle. « J'ai eu une qualification de conduite de plus sur mon CV », un avantage pour sa nouvelle formation.

« Coralie m'a beaucoup suivie, j'ai pu trouver une formation, c'est le but du jardin. » Gwendoline a donc entamé une formation de 4 mois « découverte des métiers du bâtiment » au GRETA de Vitré. « De base j'aurais aimé faire ça à 16 ans et le passage au jardin m'a permis d'aller vers cette voie. » Pour l'instant mon choix s'oriente sur la menuiserie ou l'électricité. « J'avais visité le centre de formation avec Coralie, tu touches, tu sens le bois moi j'adore ! ».

« Je continue à prendre des paniers de légumes, je suis contente de revenir tous les vendredis » L'expérience maraichère acquise la poussera peut-être un jour à avoir son potager ?! « J'ai découvert des légumes que je ne connaissais pas, j'en mange plus qu'avant, c'est plus varié et équilibré ».

« Ça a cultivé mon esprit » nous confie-t-elle avec malice.