

La Feuille de Choux

Semaine 05 – Année 2023



Le Pays fait son jardin



RÉSEAU
COCAGNE



Dans votre panier cette semaine :

| Légumes | Prix à l'unité | Estim. panier | Prix panier |
|---|----------------|---------------|---------------|
| Oignons Jaunes | 3.00€/kg | 500g | 1.50 € |
| Céleri rave | 2.90€/kg | 800g | 1.32 € |
| Courge Butternut | 3.00€/kg | 1kg | 3.00 € |
| Carottes | 3.00€/kg | 700g | 2.10 € |
| Topinambour | 2.80€/kg | 750g | 2.10 € |
| Produits issus de l'agriculture biologique Catégorie II Certificateur : FR-BIO-10 / Agriculture France | | | 11.02€ |

Pour accéder à votre solde :

Connexion au site :

www.lepaysfaitsonjardin.cocagnebio.fr

Identifiant : votre mail

Mot de passe : votre mot de passe

Coup d'œil sur le Jardin

Ça bouge au Jardin, ce début février signe le **départ deux personnes vers de nouveaux horizons professionnels !** Ainsi, **Chloé** arrivée en Juillet 2021 sur le Jardin, se dirige vers un emploi CDD en tant que bibliothécaire sur le territoire de Châteaubriant. Et **Amélia**, arrivée en septembre 2022 se lance dans une formation « découverte des métiers du bâtiment » avec le GRETA de Vitré. Nous leur souhaitons le meilleur dans leurs nouvelles aventures professionnelles !

Notre cultivateur entre en action ! Après 11H de travail pour changer les dents de l'outil, **Xavier** s'attèle à la préparation de planches de cultures qui serviront dans un premier temps aux salades de printemps, les radis, etc... En parallèle nous nous attelons à la réalisation des semis de tomates, aubergines, navets nouveaux, fenouil, laitues...



Tournage sur l'émancipation au Jardin

Nous réalisons actuellement un tournage sur la notion d'émancipation sur le Jardin, en collaboration avec le réseau national des jardins de Cocagne.

Alexandra, Emmanuel et Chloé (partie vers de nouvelles aventures professionnelles) se chargent de filmer les témoignages et les images servant à la création de ce mini-film. Par ce projet, nous souhaitons mettre en avant les responsabilités et l'implication de l'ensemble des salariés sur le Jardin :

gestion du magasin, de la serre semis, des livraisons, de la maintenance, création d'ateliers, participation à des événements type marchés, etc....

Afin de parfaire ce film **nous sommes à la recherche d'un drone, avec caméra** pour prendre des images en hauteur du Jardin. Si vous avez dans vos connaissances une personne qui a ces compétences et ce matériel, et qui aurait l'envie de soutenir notre association dans ce projet, n'hésitez pas à prendre contact avec nous au 02.99.43.60.66 ou par mail à paniers@lerelaispourlemploi.fr

PS : dans l'idéal nous aimerions réaliser ces prises d'images en drone sur le mois de Février.



Période d'adhésion

Sept 2022 – 17 Mars 2023

Horaires de distribution

Le Theil vendredi 9h30-19h

La Guerche vendredi 11h - 19h

Janzé mardi 15h - 18h30

Vitré et Etrelles mardi 16h - 19h



Le Relais pour l'Emploi

Ensemble, pour l'homme, trouver 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

BUTTERNUT, TOPINAMBOUR et CAROTTE

Crumble butternut, châtaignes & noisettes

Préparation : 1h | Pour 4 personnes

Ingrédients :

1 courge butternut (environ 1,5kg)

150g de châtaignes précuites

2 échalotes

60g de tomme de chèvre râpée

70g de beurre pommade

100g de flocons d'avoine : 50g mixés et 50g entiers

50g de noisettes concassées

5 à 6 branches de thym frais mixé

Muscade

Sel et poivre du moulin

Huile d'olive



Préparation :

Épluchez et émincez les échalotes. Épluchez et videz la butternut puis coupez-la en cubes de 2cm de côté.

Placez la butternut dans une grande casserole et couvrez d'eau. Portez à ébullition puis baissez sur feu moyen et laissez précuire pendant 10 minutes.

Dans une poêle, faites chauffer de l'huile d'olive et faites revenir les échalotes pendant 5 minutes.

Égouttez la courge butternut. Dans un plat à gratin, répartissez les cubes de butternut, les échalotes et les châtaignes. Assaisonnez avec muscade, sel et poivre selon votre goût. Préchauffez le four à 180°C.

Préparez la pâte à crumble : dans un saladier, versez les flocons d'avoine mixés et entiers, la tomme de chèvre, le beurre pommade, les noisettes concassées et le thym. Amalgamez du bout des doigts jusqu'à obtention d'une texture de crumble.

Répartissez le crumble sur les légumes et enfournez pendant environ 25-30 minutes

Tarte aux topinambours, carottes et courges

Préparation : 25 min. | Cuisson : 30 min.

Ingrédients pour la garniture :

350g de topinambours grattés et lavés,

50g d'emmental rapé

350g de carottes soigneusement lavées,

350g de courge épluchée

2 œufs

Un demi-verre de crème fraîche

1 cuillère à café de curcuma

3 cuillères d'huile d'olive

Sel, poivre



Ingrédients pour la pâte :

300g de farine

½ verre d'eau

150g de beurre

Sel

Préparation

Commencer par allumer le four thermostat 7, soit environ 200°C.

Râper tous les légumes, et les faire sauter dans une grande poêle avec l'huile d'olive pendant environ 15mn.

Pendant qu'ils dorent légèrement, préparer la pâte brisée en mélangeant d'abord la farine, le sel et le beurre coupé en petits morceaux, jusqu'à en faire comme de petits copeaux, puis l'eau froide en malaxant rapidement, l'idéal étant d'obtenir une pâte dans laquelle subsistent quelques morceaux de beurre, ce qui la rendra plus croustillante après cuisson .

Ne pas oublier les légumes qu'il faut fréquemment retourner pour qu'ils ne brûlent pas. Ils n'ont pas besoin d'être cuits, juste d'acquiescer une jolie couleur et un parfum subtil.

Abaisser la pâte au rouleau sur le plan de travail fariné et en garnir un grand moule à tarte.

Dans un saladier mélanger ensemble les œufs, la crème, le sel, le poivre et le curcuma, puis y ajouter les légumes et étaler le tout sur la pâte, parsemer de fromage râpé et enfourner pour 30 mn de cuisson.