

La Feuille de Choux

Semaine 15 – Année 2019



Le Pays fait son jardin



Réseau Cocagne



Dans votre panier cette semaine :

Légumes	Prix à l'unité	Estim. panier	Prix panier
Betteraves	2.50€/kg	500g	1.25€
Chou-fleur OU légume-surprise	2.50€/p.	1 p.	2.50€
Laitue	1.30€/p.	1 p.	1.30€
Poireaux	2.70€/kg	700g	1.89€
Pommes de terre	2.00€/kg	1 kg	2.00€
Radis botte	1.60€/b.	1 b.	1.60€
Produits issus de l'agriculture biologique / Catégorie II Certificateur : FR-BIO-10 / Agriculture France			10.54€

Nos Portes ouvertes se préparent

Comme tous les 2 ans à l'occasion de l'événement « **Mémé dans les orties** », notre Chantier d'insertion profite de cette manifestation qui attire 3 à 4000 visiteurs sur le site de la Rigaudière pour ouvrir grand ses portes au public. Cette année, l'événement est d'autant plus important que nous fêterons les **10 ans du Jardin** !

Au programme cette année : la présentation de notre association et la rétrospective de nos 10 ans d'activité, des visites de l'exploitation, un stand de conseils en jardinage, un marché de plants et de légumes bio, un espace « Bibliothèque / Ludothèque » pour petits et grands, des Ateliers Enfants (cuisine et récolte de légumes), les stands d'associations partenaires qui luttent pour préserver la biodiversité et bien d'autres surprises encore !

Nos équipes commencent à s'activer afin de vous concocter un programme aux petits oignons pour ce **dimanche 19 Mai de 11h à 18h**.

La **Commission Adhérents** elle-même viendra prêter main forte à toute l'équipe à l'occasion de ce temps fort. Si vous souhaitez vous aussi vous investir lors de cette journée, faites-nous signe ! Nous recherchons notamment du renfort pour encadrer les activités à destination des enfants...

Arrivées / Départs

Que de mouvements au sein des équipes actuellement !

Anne-Laure a fait le choix de mettre un terme à son contrat au sein du Jardin afin de se consacrer à son projet d'installation agricole, en production de plantes à parfum aromatiques et médicinales. Nous lui souhaitons pleine réussite !

En outre, nous avons été contraints de mettre fin au contrat de **Laury**, tandis que **Gregori** a préféré quitter le Chantier d'insertion suite à un souci de santé.

Il était donc urgent de recruter : **Victor** et **Marie-Laure** ont ainsi fait leur arrivée ces dernières semaines.

Enfin, après presque 5 années de bons et loyaux services, **Amandine** quittera son poste de Chargée de développement de l'association à la fin du mois d'Avril, pour rejoindre un autre Jardin de Cocagne du côté de Saint-Etienne, sur une mission d'Encadrant technique Ventes. Le temps de son remplacement, il risque d'y avoir un peu de flottement dans la gestion des dossiers des adhérents et la rédaction des Feuilles de choux... Merci de votre compréhension !

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 - 19h
Vitré	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



Ce projet est
cofinancé par
le Fonds social
européen

Site de production

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

BETTERAVE

Dip de betterave

Recette testée et approuvée en Atelier Cuisine végétalienne

Ingrédients :

- 1 grosse betterave cuite
- 1 petite noix de gingembre frais
- 1/2 verre de graines de tournesol (trempées une nuit puis rincées)
- 4 c. à soupe de coriandre (ou persil)
- 1 gousse d'ail
- 1 c à soupe de tamari



Préparation :

Mettre le tout dans le blender ou robot avec lame en S jusqu'à obtenir une consistance crémeuse.

A déguster en apéritif ou en entrée, en y trempant des bâtonnets de légumes, des gressins, etc.

FANES DE RADIS

Pizza aux fanes de radis, vert de poireaux, oignon et chèvre



Ingrédients :

- 1 pâte à pizza de 250 à 350 g
- Les fanes de 2 belles bottes de radis
- 1 grosse poignée de vert de poireaux
- 1-2 oignons
- 1 bûche de 200g de chèvre
- 100 à 150 g de râpé
- Huile d'olive
- Sel et poivre

Préparation :

Rincez les fanes de radis et hachez-les finement. Épluchez le(s) oignon(s) et tranchez-le(s). Rincez le vert de poireaux et hachez-le.

Dans une poêle anti-adhésive, faites cuire les fanes de radis dans un filet d'huile d'olive. Assaisonnez. Couvrez le temps que les fanes s'attendrissent.

Étalez la pâte à pizza sur une plaque de cuisson enfarinée. Répartissez l'oignon tranché puis le vert de poireaux. Assaisonnez. Répartissez ensuite les fanes de radis puis la bûche de chèvre tranchée. Assaisonnez. Étalez le râpé. Arrosez très légèrement d'un filet d'huile d'olive. Assaisonnez.

Enfournez dans le bas du four préchauffé à 230°C pendant au moins 30 minutes ou jusqu'à ce que la pizza n'accroche plus à la plaque de cuisson. Couvrez la pizza si elle brunît trop rapidement. Laissez tiédir avant de déguster.

Retrouvez d'autres idées recettes à base de fanes de toutes sortes sur :

<http://www.de-la-fourchette-aux-papilles-estomaquees.fr/article-que-faire-avec-les-fanes-de-legumes-et-les-legumes-feuilles-53113540.html>