

# La Feuille de Choux

Semaine 23 – Année 2018



Le Pays fait son jardin



Réseau CACAGNE



Dans votre panier cette semaine :

Légumes	Prix à l'unité	Estim. panier	Prix panier
<b>Chou-rave</b>	1.50€/p.	1 p.	1.50€
<b>Concombre</b>	1.50€/p.	1 p.	1.50€
<b>Courgettes</b>	3.00€/kg	1 kg	3.00€
<b>Laitue</b>	1.10€/p.	1 p.	1.10€
<b>Oignons botte</b>	1.90€/b.	1 b.	1.90€
<b>Rhubarbe</b>	3.50€/kg	450g	1.58€
Produits issus de l'agriculture biologique / Catégorie II Certificateur : FR-BIO-10 / Agriculture France			<b>10.58 €</b>

## Réunion de la Commission Adhérents

Ce vendredi 8 juin à partir de 18h, les membres de la Commission Adhérents se réuniront au Jardin afin de dresser avec nous le bilan de la saison et des différents temps forts qui ont rythmé les derniers mois.



Souvenez-vous de l'**Atelier** de construction d'un **Hôtel à insectes**, qui a eu lieu le samedi 28 avril avec une quinzaine de participants, fiers de leur réalisation et heureux de cette journée passée au Jardin dans la joie et la bonne humeur, sous un soleil radieux !

Vendredi, nous évoquerons la mise en place d'un Atelier de construction d'un salon de jardin en bois de palettes... Affaire à suivre !

## Coup d'œil sur nos Jardiniers

**Virginie** nous a quittés récemment après avoir suivi une formation à la conduite d'autocar et obtenu son Titre Professionnel de Conducteur routier interurbain de voyageurs. Nous lui souhaitons bonne route !

Durant 2 semaines, 2 de nos Jardiniers sont en « stage » : **Nicole** effectue une immersion au sein d'une entreprise de maroquinerie à Segré, sur un poste de couturière. **Jérôme**, quant à lui, est en résidence de création de son spectacle, afin de travailler notamment sur la création lumière. Une résidence qui se poursuivra avec une formation aux techniques de communication et de vente en matière de spectacle vivant.

## Invitation à notre Assemblée Générale

Celle-ci aura lieu le **jeudi 28 juin à partir de 18h à Janzé**. En tant qu'adhérent.e, vous y êtes cordialement invité.e et vous avez également la possibilité de vous présenter au Conseil d'Administration du Relais pour l'Emploi tout comme Miguel, Jean-Yves, Richard, Eric et Danielle, eux-mêmes adhérents aux paniers ! Cette année, après les échanges dédiés au bilan de l'année 2017 et aux projections sur 2018, après l'apéritif dinatoire agrémenté des légumes du Jardin, l'attention sera portée à la question du **Bénévolat associatif**. Tous les responsables associatifs du territoire sont les bienvenus afin d'enrichir le débat de leurs idées et préoccupations !

### Période d'adhésion

12 Mars – 16 Septembre 2018

### Horaires de distribution

**Le Theil** jeudi 12h - 14h  
vendredi 9h30 - 19h  
**La Guerche** vendredi 11h - 19h  
**Janzé** mardi 15h - 19h  
**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](mailto: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](http://www.lerelaispourlemploi.fr)

## RHUBARBE

### Pana cota et son coulis de rhubarbe

#### Ingrédients (pour 6 personnes) :

- 50 cl de crème fraîche liquide
- 75 g de sucre
- 3 feuilles de gélatine
- 1 gousse de vanille ou extrait de vanille
- 1 kg de tiges de rhubarbe
- 100 g de sucre
- 1 citron



#### Préparation de la pana cotta :

Mettre la crème, le sucre et la vanille dans un casserole et faire frémir. Dès le début de l'ébullition, retirer la casserole du feu et ajouter les 3 feuilles de gélatine préalablement trempées dans l'eau froide. Bien remuer et mettre dans des coupelles. Laisser refroidir quelques heures. Ajouter le coulis avant de servir...

#### Préparation du coulis de rhubarbe

Épluchez la rhubarbe et coupez-la en petits tronçons. Mélangez-les avec le sucre et le jus de citron dans une casserole, couvrez et faites cuire à feu doux pendant 30 minutes. Ajoutez un peu d'eau, éventuellement. Mixez tout de suite, quand la rhubarbe cuite est encore chaude, jusqu'à ce que le coulis soit bien homogène. Ce coulis de rhubarbe se congèle sans problème. Utilisez-le pour aromatiser un laitage (sur les verrines de pana cotta) mais aussi pour accompagner un magret de canard rôti à la poêle.

## COURGETTES

### Courgettes et lardons au curry

#### Ingrédients (pour 2 personnes) :

- 2 courgettes moyennes
- 150 g de lardons
- 2 cuillères à soupe de crème fraîche
- 1 à 2 (suivant les goûts) cuillères à café de curry
- sel, poivre

#### Préparation :

Faire revenir les lardons. Mettre les courgettes, coupées en demi-rondelles, et laissez cuire à feu doux 10 mn. Incorporez la crème et le curry. Mélangez et servez de suite.