

La Feuille de Choux

Semaine 8 – Année 2019



Le Pays fait son jardin



Réseau Cacaïne



Dans votre panier cette semaine :

Légumes	Prix à l'unité	Estim. panier	Prix panier
Betteraves	2.50€/kg	750g	1.88€
Céleri-rave	2.90€/kg	500g	1.45€
Courge Longue de Nice	2.70€/kg	1 kg	2.70€
Mâche	12€/kg	220g	2.64€
Pommes de terre	2.00€/kg	1 kg	2.00€
Produits issus de l'agriculture biologique / Catégorie II Certificateur : FR-BIO-10 / Agriculture France			10.67€

Besoins récurrents de personnel : passez le message !

Notre Chantier d'insertion recrute régulièrement des **Ouvriers-maraîchers** et nous sommes fréquemment à la recherche de candidat.e.s relevant de l'Insertion par l'Activité Economique*.

De même pour notre Association intermédiaire **Le Relais** : quand le beau temps apparaît, les demandes de **Jardinier** fleurissent, auprès des Particuliers ou des Collectivités. A la même période, une quinzaine de salariés est mise à la disposition d'une entreprise spécialisée dans la production de plants de légumes, fleurs, plantes à massif et aromatiques, plus spécifiquement en **préparation de commandes**, de plants et étiquetage.

D'autres postes sont régulièrement à pourvoir, notamment dans le **nettoyage**, le secteur **agricole**, le **bâtiment**.

Enfin, l'Association intermédiaire est couramment sollicitée pour le remplacement d'**Agents de collectivité** en École ou Collège, avec souvent besoin de la double compétence : Ménage / Aide cuisine – Plonge.

Merci d'en parler autour de vous et d'inciter à consulter notre site Internet qui est doté d'une page « Offres d'emploi » !

* **Public relevant de l'Insertion par l'Activité Economique** : Demandeur/-se d'emploi de longue durée ; allocataire des minima sociaux ; travailleur/-se handicapé.e ; jeune sans qualification et/ou sans expérience ; travailleur/-se âgé.e de plus de 50 ans ; parent isolé...

L'éligibilité peut être vérifiée auprès d'un Référent-emploi via la remise d'une fiche d'opportunité

Prélèvement automatique

Pour mieux répondre à vos attentes, nous avons décidé de modifier notre organisation afin d'avancer la date à laquelle sont effectués les prélèvements automatiques mensuels sur les comptes de nos Adhérents.

Ainsi, à compter du mois de Mars, les prélèvements seront calculés au 1^{er} de chaque mois. Ils engloberont toujours l'éventuel reste dû à cette date (ex : achat d'œufs, de surplus de légumes, de pommes, etc.) et les 4 paniers d'avance pour le mois suivant. **Mais ainsi, ils seront désormais prélevés dès le 10 par la banque.**

N'hésitez pas à nous contacter si vous souhaitez bénéficier de ces prélèvements automatiques mensuels ou opter pour une autre solution de paiement.

Période d'adhésion

17 Septembre 2018 – 17 Mars 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, trouvons 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

BETTERAVES

Salade crue de courge, betterave, carotte, pomme et C^{ie}

Testée et approuvée lors de notre fête de fin d'année

Ingrédients (pour 4 personnes) :

500 g de Courge [Butternut]
2 Betteraves moyennes
3 Carottes
2 petites pommes à croquer
2 poignées de Cranberries séchées
Graines de lin et de courge
Noix de votre choix

Pour la sauce :

4 càs de purée d'amandes blanches
2 càc d'huile de colza (ou huile neutre)
2 càc de jus de citron
4 càc de sirop d'érable
Sel, Poivre

Préparation :

Pelez la courge deux fois (car la couche de chair sous la peau qui est un peu plus jaune qu'orange reste un peu dure).

Pelez les betteraves et les carottes et coupez-les en fines lamelles ou râpez-les. Coupez les pommes en lamelles. Ajoutez quelques gouttes de jus de citron aux lamelles de pommes afin d'éviter l'oxydation.

Réunissez les légumes dans un grand saladier. Ajoutez les cranberries, les graines et/ou les noix de votre choix puis mélangez.

Préparez la sauce pour salade : dans un bol, mélangez tous les ingrédients et rectifiez l'assaisonnement selon vos goûts. Vous pouvez ajouter un peu d'eau si vous la trouvez trop épaisse. Il ne reste plus qu'à servir et déguster !

CELERI-RAVE

Caviar de céleri-rave au gomasio

Ingrédients :

Céleri-rave
Huile d'olive
Jus de citron
Cumin
Ail
Basilic frais
Poivre
Gomasio



Préparation :

Une fois le céleri-rave cuit à l'eau, le passer au mixeur ou l'écraser à la fourchette. Laisser quelque temps cette purée dans une passoire fine pour l'égoutter.

Parfumez ensuite ce caviar de céleri-rave d'une giclée d'huile d'olive, une goutte de jus de citron, une pincée de cumin, quelques gousses d'ail passées au presse-ail (ou, si vous désirez une saveur d'ail moins prononcée, cuisez les gousses en même temps que le céleri), du basilic haché, du poivre et, pour finir, une volée de gomasio.