

La Feuille de Choux

Semaine 18 – Année 2019



Le Pays fait son jardin



Réseau Coccagne



Dans votre panier cette semaine :

Légumes	Prix à l'unité	Estim. panier	Prix panier
Blettes	2.60€/kg	600g	1.56€
Courge	2.70€/kg	1 kg	2.70€
Navets botte	1.90€/b.	1	1.90€
Ciboulette	1.10€/b.	1	1.10€
Laitue	1.30€/p.	2 p.	2.60€
Radis bote	1.30€/b.	1	1.30€
Produits issus de l'agriculture biologique / Catégorie II Certificateur : FR-BIO-10 / Agriculture France			11.06€

Mémé dans les orties

Voici une belle animation en prévision. En partenariat avec le comité des fêtes du Theil de Bretagne qui lance la 5^{ème} édition de *Mémé dans les orties*, nous organisons nos Portes Ouvertes au jardin.

DIMANCHE 19 MAI de 11h à 18h

Stand accueil

pour parler lutte contre les exclusions

Stand jardinage

Pour parler environnement

Stand marché

Pour parler bio local et solidaire

Stand jeux et livres

Pour s'instruire en s'amusant

Ateliers enfants

Pour récolter et cuisiner des légumes

Une nouvelle édition marquée par les 10 ans du jardin ! Nous comptons sur vous !

Ca bouge au jardin

Entre nos salariés sur le départ et les nouveaux arrivants, les têtes changent sur le jardin.

Ainsi, dernièrement **Hassan** nous a quitté pour intégrer un nouveau collectif-habitat sur Rennes dans le cadre de son accompagnement avec Coallia (service habilité à l'accompagnement des migrants). Arrivé depuis bientôt 3 ans en France, il espère pouvoir accéder rapidement à un logement autonome. Les prochaines étapes seront également l'intégration à une formation pour l'apprentissage du français ainsi que l'accès à l'emploi dans le domaine du nettoyage industriel.

En avril, 4 personnes ont rejoint l'équipe : **Marie-Laure, Katarina, Bruno** et **Anaïs**. La part féminine sur le jardin devient majoritaire !!!

Enfin, ce lundi nous avons fait nos adieux à **Amandine**, qui rejoint une nouvelle équipe Coccagne près de Saint Etienne. Elle nous aura apporté beaucoup par son professionnalisme et son sourire. Nous lui souhaitons une belle route !

Le recrutement d'un.e animat-eur-ric(e) de réseau d'adhérents est lancé !

Période d'adhésion

18 Mars – 15 Septembre 2019

Horaires de distribution

Le Theil	jeudi 12h - 14h 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



Ce projet est
cofinancé par
le Fonds social
européen

Site de production

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

BLETTE

Tarte aux blettes



Ingrédients :

1 pâte feuilletée	1 botte de blette
1 oignon	1 œuf
10 cl de crème	100 g de lardons
30 g de riz rond	1 grosse poignée de pignons

Préparation :

Lavez les feuilles de blettes, et les couper en morceaux. Faites bouillir de l'eau salé et faite y cuire les blettes pendant 15 mn.

Pendant ce temps faites cuire les 30 g de riz à l'eau bouillante pendant 5 mn. Le riz ne doit pas être complètement cuit. Il doit encore être croquant. Egouttez et réservez.

Emincez finement l'oignon, et faites-le revenir dans 2 cuillères à soupe d'huile d'olive. Ajoutez ensuite les lardons et faites revenir.

Egouttez les blettes et rajoutez-les dans les oignons et lardons. Rajoutez aussi les 10 cl de crème et les pignons. Salez et poivrez. Couvrez et laissez cuire le tout pendant 10 mn à feu doux.

Versez la préparation dans un saladier et ajoutez-y le riz ainsi que l'œuf. Versez le tout sur votre fond de pâte et recouvrir d'un peu de fromage râpé.

Mettre dans un four à 180°C et laissez cuire pendant environ 35 mn

NAVETS

Curry de navets au lait de coco



Ingrédients (pour 6 personnes)

* 1 kg de Navets	* 500 g de pomme de terre
* 2 gousses d'ail	* 2 oignons
* 2 cuillères à soupe de curry doux	* 250 g de tofu (facultatif)
* 1 poignée de raisins secs	* 40 cl de lait de coco

Préparation

Épluchez les légumes et coupez-les en (gros) cubes. Émincez l'ail et les oignons. Faites cuire les pommes de terre et les navets dans une sauteuse (recouvrez d'eau bouillante et salez) pendant 20 minutes. Coupez le tofu en cubes. Dans une casserole, faites revenir l'ail et l'oignon dans un fond d'huile 5 minutes. Rajoutez ensuite le lait de coco aux oignons, le tofu et les raisins. Épicez avec le curry et rectifiez l'assaisonnement. Égouttez les légumes. Versez la sauce dessus et mélangez délicatement. Servir aussitôt avec du riz.