



## Tarte tatin aux navets et curcuma

### Pour 4 personnes

- 250 g de farine • 125 g de beurre coupé en dés • 1 jaune d'œuf
- 50 g d'eau • 5 g de sel • 600 g de navets • 3 c. à s. d'huile d'olive
- 4 c. à s. de miel liquide • 2 c. à s. de curcuma en poudre • Sel et poivre noir du moulin

Préparez la pâte brisée salée. Dans un grand saladier, mélangez la farine avec les dés de beurre jusqu'à obtenir un mélange sableux.

Creusez un puits, ajoutez l'eau, le jaune d'œuf et le sel, mélangez, formez une boule et filmez-la, réservez au frais 40 mn.

Épluchez, lavez et faites cuire les navets à la vapeur pendant 10 mn. Laissez refroidir, coupez les navets en rondelles pas trop fines.

Dans une grande poêle, faites revenir les rondelles de navets dans l'huile d'olive, salez, poivrez et baissez le feu.

Ajoutez le miel et le curcuma, et faites confire l'ensemble pendant 20 mn.

Préchauffez le four à 180°C. Déposez les navets en rosace dans le fond d'un moule. Étalez la pâte brisée sur un plan de travail fariné, puis déposez-la dans le moule au-dessus de la rosace de navets, refermez bien les bords. Enfourez pendant 35 mn.

Démoulez la tarte tatin, versez un filet d'huile d'olive.

<https://cuisine.journaldesfemmes.fr/recette/1017284-tarte-tatin-aux-navets-et-curcuma>

Ce numéro a été conçu par l'ensemble de l'équipe  
du **Jardin de Cocagne Nantais**  
<http://jardincocagnenantais.eklablog.com/>  
7, rue des Ruettes - 44 470 Carquefou  
tél : 02 40 68 91 67 - e-mail : [jdcnantais@orange.fr](mailto:jdcnantais@orange.fr)

# Les brèves du Jardin

Année 2019 - semaine 18

Mardi 30 avril

## Wanted Administrateur·trices !

Lors de la belle Assemblée Générale, Marianne (directrice) a fait un appel à administrateur·trice·s : **"Il reste une place ! Nous sommes demandeur de soutien ! C'est très important car cela nous permet de prendre du recul. Donc n'hésitez pas à nous contacter. Vous pouvez rentrer en cours d'année, c'est simple. Nous aimons bien que les personnes intéressées viennent déjà participer à quelques Conseil d'Administration pour voir ce que c'est avant de se positionner !"** N'hésitez pas à y réfléchir et à relayer cet appel autour de vous. Merci.

A retrouvez page suivante : l'Assemblée Générale racontée par les adhérents·es et les jardiniers·es...

### Cette semaine dans votre panier

	Unité	Petit panier (qt en unité)	Grand panier (qt en unité)
Betterave	kg	0.4	0
Blette	kg	0	0.65
Chou pointu	pièce	1	0
Ciboulette	bouquet	0.5	1
Epinard	kg	0.35	0
Kiwi *	kg	0	0.6
Navet nouveau	kg	0	0.5
Pomme de terre nvlle	kg	0.6	0.9
Radis	botte	0	1
Salade	pièce	0	1
Prix panier		9	13 euros

\* Kiwi bio de l'EARL BIOKI - St Fulgent - 85

Les légumes sont produits selon le respect du mode d'agriculture biologique (certifié par ecocert189302P) sur le Jardin de Cocagne Nantais.

# Assemblée Générale - Témoignages

Christine et Virginie (adhérentes) sont venues spontanément en témoigner avec ces mots : "C'est une AG très intéressante. D'habitude les Assemblées Générales, c'est chiant, pas drôle, très formel... Et là, c'était bien, très vivant et intéressant."

Abdurrahman, Alexa, Anthony, Cécile, Eric, Freddy, Laetitia, Lillyane, Maxime, Rotimi et Sébastien vous racontent :

"Toujours très intéressant parce qu'on rencontre les adhérents qu'on ne voit pas sauf les fois où l'on fait le marché. J'ai bien compris que c'était particulier, car il y avait le départ de membres de l'asso qui étaient émus. La partie la moins intéressante, c'était les chiffres. Mais c'était bien car c'était rapide. Le fait d'avoir pu raconter mon ressenti sur le thème, c'était plutôt sympa."

*C'était bien. La partie discours était rapide. J'ai rien compris aux chiffres...*

*C'était bien, les discours, l'explication, l'amélioration du jardin qui a embauché beaucoup de salariés, de chercher à agrandir les plantations et à renouveler les tunnels...*

*J'ai trouvé ça bien pour une première fois ! J'étais stressée de parler, mais ça a été. J'avais les jambes qui tremblaient. Je l'ai fait, c'est bon, je ne le referai pas...*

*J'ai bien aimé les chiffres qui varient avec le prix des légumes, les heures travaillées etc... Les discours étaient rapides, c'était pas trop long. Il y avait du monde c'était sympa. J'ai bien aimé le discours de Thomas avec la compréhension différente suivant le milieu de vie, l'émotion...*

*Je suis arrivé il y a 15 jours, j'ai attendu que ça se passe...*

*C'était inrressant de savoir la conception du jardin depuis sa création, de connaître ces personnes qui gèrent l'association.*

*Moi, j'ai retenu le déficit, mais vu ce que ça brasse et par rapport à d'autres boîtes et par rapport au budget, ça va !!!*

*C'est bien, il faut en faire d'autres !*

*C'était un bilan avec des explications, j'ai vu ce qui s'est passé au jardin comme la visite du Premier Ministre... Pas facile à expliquer en français...*

*C'est toujours intéressant de connaître les personnes qui font partie de l'AG. Personnellement, j'ai trouvé ça long, le fait de rester*

*assis sur une chaise à écouter...*

*Je ne suis pas resté jusqu'au bout, mais je trouve ça plutôt bien et intéressant. Mais je pense qu'une fois par an c'est pas assez pour que les gens (tous les présents : jardiniers, encadrants, adhérents, administrateurs...) s'investissent. Pour que tout le monde se connaisse. C'est positif.*

*C'était bien. Tranquille. La présentation, surtout que je me suis rendue compte du travail qu'il y a derrière, faire les comptes, chercher de l'argent, les chiffres, tout ça. C'était un partage aussi avec des gens qu'on ne connaît pas comme le président, le comptable... Et les témoignages des personnes qui sont parties qui nous permettent de nous rendre compte qu'on peut avancer !" A suivre...*

---

## Légumes nouveaux ~ J'en fais quoi ?

Les légumes nouveaux sont gorgés de vitamines et nutriments. Pour en profiter pleinement, mangez-les crus ou légèrement cuits (vapeur douce ou rapidement sautés)... Souvent tout se mange, les fanes sont aussi pleines de vitamines et font d'excellentes préparations !

**Blette** : tout se mange, les côtes comme les feuilles... Dans un seul et même plat ou dans des plats séparés. Vous pouvez les faire sauter, dans ce cas, commencez par les côtes et ajouter à la fin les feuilles, n'hésitez pas en fin de cuisson à ajouter un peu de fromage râpé dans votre sauteuse. Les blettes se préparent autant nature qu'à la

sauce béchamel, la crème ou la sauce tomate. Vous pouvez les utiliser comme des épinards, sautés, en gratins, en samoussa, quiche, farci charentais ou poitevin, omelette, lasagne...

**Chou pointu** : cru émincé à la place d'une salade verte ou mélangé à d'autres crudités et agrumes. Cuit, émincé et sauté...

**Epinard** : Mangez-les crus en salade... Ou rapidement tombé à la sauteuse (deux minutes suffisent). Egueutage facultatif...

**Navet nouveau** : Cru : râpé ou en fines lamelles avec une vinaigrette ou de l'huile d'olive et un peu de jus

d'orange ou en bâtonnet en trempette. Cuit : sauté avec du miel et du romarin, en tatin ou glacé au beurre et au sucre... Les fanes se mangent en pesto, quiche, omelette ou pour une entrée ou un apéro, mixez-les avec de l'ail et une cuillère de crème pour en badigeonner une pâte feuilletée, saupoudrez de râpé et passer au four...

**Pomme de terre nouvelle** : Ne pas les éplucher, brossez-les... Ne se conserve pas longtemps. A manger cuite rapidement à la vapeur douce en salade ou à l'huile, au beurre, sautées, au four ou en omelette...

**Radis** : mangez-les à la croque-au-sel... Les fanes se mangent en pesto, smoothie, quiche, cake, soupe, sautées...