



Salade grecque aux courgettes

Pour 4 personnes

- 4 tomates
- 2 petites courgettes
- 80 g d'olives noires à la grecque dénoyautées
- 100 g de féta
- 1 oignon rouge ou nouveau
- 2 c. à s. d'huile d'olive
- ½ citron
- 1 pincée de sel.

Coupez les tomates en quartiers et déposez-les dans un saladier.

Coupez les courgettes en quatre dans la longueur. Retaillez les courgettes en petits cubes. Ajoutez-les aux tomates.

Emincez l'oignon rouge ou nouveau et ajoutez-le à la salade.

Ajoutez ensuite les olives noires, la féta coupée en petits cubes.

Citronnez, salez et arrosez d'huile d'olive.

Mélangez et servez.

Pour un plat complet, vous pouvez ajouter des pommes de terre cuites à la vapeur et de la salade effilochée.

Adaptée de <https://www.lesfruitsetlegumesfrais.com/en-cuisine/recettes/salade-grecque-courgettes>

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

Les brèves du Jardin

Année 2019 - semaine 28

Mardi 9 juillet

Infos estivales!

Sur cette période, le marché est accessible à tous·tes (donc sans adhésion aux paniers). Il suffit de payer ses achats par chèque. Faites le savoir !!!

Le jardin ne ferme pas de l'été, mais nous modifions les horaires de travail à partir du 22 juillet : tous les jours de 7h à 12h30... Les permanences paniers n'en seront pas affectées ! Voir article *page suivante*.

Les coups de main sont toujours les bienvenus, les jardiniers·es souffrent de la chaleur, nous avons beaucoup d'absents·es et le travail ne manque pas lui. Vos passages sont des bouffées d'air frais ! Merci chaleureux d'ailleurs à Anne et Yves qui sont venus·es sur le terrain et faire du bricolage...

Rotimi (jardinier) cherche une télé pas profonde. Si vous avez une à donner, pensez à lui...

Tony a signé un contrat sur le jardin cette semaine et rejoint l'équipe de jardiniers·es, nous lui souhaitons la bienvenue !

Sortie d'été, les jardiniers·es vous racontent *page suivante*...

Cette semaine dans votre panier

	Unité	Petit panier (qt en unité)	Grand panier (qt en unité)
Aubergine	kg	0	0.35
Carotte nouvelle	botte	0	1
Courgette	kg	0.6	0.8
Haricot vert	kg	0.35	0
Poivron	kg	0	0.3
Pomme de terre nvlle	kg	0.5	0.8
Salade	pièce	1	1
Tomate	kg	0.5	0.9
Prix panier		9,20 €	13 €

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

Sortie à Oudon

Lundi, toute l'équipe du jardin s'est rendue à Oudon pour la sortie annuelle (photos dans la semaine sur facebook). Elle est organisée en cette période où les organismes fatiguent et avant le rush de l'été pour permettre à chacun·e de se détendre, de découvrir un lieu pour... Et aussi parce que les uns·es et les autres, même s'ils auront des vacances, ne partiront pas forcément...

Alexa, Anthony, Cécile, Charity, Eric, Gary, Manuella, Nathalie, Rotimi et Tony vous racontent :

"Marianne a fait la baleine, moi le requin, Thomas les Dents de la mer, Anne-Christelle le sous-marin, Séverine la Petite Sirène et Cécile le dauphin ! J'ai aussi fait du sport, il y avait des machines pour..."

On a joué au volley, au foot, on s'est baigné, on a fait une sieste. - C'est vrai, il y en a qui n'ont pas quitté leur serviette. - On a été mauvais au volley dans l'eau, pas meilleur au foot sur terre, mais avec Charity, on a gagné au Mölkky. L'eau était super bonne.

Tony a été gâté pour son premier jour de travail. - Oui, il y avait une bonne ambiance. Tout le monde avait le sourire. A refaire tous les lundis après-midi !

C'était bien. C'est important une journée comme ça ! Bonne ambiance, on a bien manger, les salades étaient extra. Je crois que tout le monde s'est bien amusé.

C'était bien, parce qu'on a fait des jeux en équipe et on s'est vu dans un autre contexte. On a pu partager le repas, faire des jeux ensemble. C'était une bonne ambiance.

Hier, on a mangé des salades, du poulet, j'ai bu du coca aussi. Après on s'est baigné, après, on a fait des jeux, du foot. C'était cool, c'était bien. Je suis contente aussi.

Moi, j'étais malade, je ne suis pas venu.

J'étais contente d'aller là bas. Toute la semaine j'ai répété à tout le monde : on va aller à Oudon. C'était bien, on s'est baigné. J'ai bien aimé, c'était très joli. Une journée comme ça, ça fait du bien, ça change les idées, on profite. Ça m'a plu voilà ! J'aimerais le refaire l'an prochain, si je suis toujours là.

C'était bien, ça détend ! Je me suis baigné, l'eau était bonne. On a bien mangé. Une bonne journée.

Été et organisation au jardin

Comme chaque année **le jardin ne fermera pas et fera des paniers** jusqu'à Noël ! Les légumes ne prennent pas de vacances... Voir même s'épanouissent et donnent à plein sur cette période. C'est pourquoi nous ne vous proposons que 3 semaines d'absences aux paniers.

C'est aussi la raison qui nous fait **ouvrir le marché aux non adhérents·es** sur cette période. Tout le monde pourra venir faire ses achats de légumes le vendredi de 15h à 18h30 en les réglant par chèque. Vous pouvez le faire savoir autour de vous !

De notre côté, malgré le rush du travail, **chacun·e prendra 15 jours de vacances** à tour de rôle. Les équipes seront réduites, **merci de nous soutenir en pensant bien à votre panier toutes les semaines...**

Nous modifions nos organisations pour tenir le coup et pour que cette période se passe bien en **changeant les horaires de travail** des jardiniers·es à partir du 22 juillet, ils et elles ne travailleront plus des journées entières mais les horaires seront répartis sur des grosses matinées qui commenceront plus tôt : 7h30 à 12h30.

Pour ne pas vous compliquer la vie, **nous maintenons les horaires habituels de distribution des paniers !**

Avec ce rush, la chaleur et les équipes réduites, **vos coups de mains sont très appréciés. Venez encore cette semaine et la semaine prochaine** : vers 8h15 ou 10h45 le matin (du lundi au vendredi) ou encore vers 13h15 le mardi et jeudi après-midi. Et **à partir du 22 juillet** : vers 7h15 (du lundi au vendredi). Nous vous communiquerons bientôt l'heure de démarrage du deuxième créneau de la matinée.

La Brève sera aussi plus courte à partir de la semaine prochaine et jusqu'à mi-août. Elle maigrira au moins de moitié et probablement de trois quart sur une semaine... **Vous pourrez toujours retrouver nos stocks de recettes sur le site** : www.jardindecocagnenantais.fr et les anciennes **sur le blog** (qui reste en ligne uniquement à cet effet) : <http://jardincocagnenantais.eclublog.com/>

C'était bien. Un peu cafouillage au retour au remplissage des voitures... On s'est baigné, on a fait des jeux, le mölkky. Ça change un peu. C'est dommage qu'il y ait des absents ! Ça fatigue une journée comme ça, plus que le boulot ! J'ai fait une sieste d'une heure en rentrant avant de manger.

Moi, j'ai dormi, j'étais un peu absente, mais j'ai trouvé que c'était chouette de vivre un moment autre, de créer du lien..."