



## **Crumble de courge musquée au chèvre et aux noix**

### **Pour 4 personnes**

• 350 g de courge musquée • 200 g de ricotta • 100 g de chèvre en bûche • 175 g de lardons fumés • Huile de noix • 1 oignon • 2 pincées de muscade • Sel, poivre • 8 noix • 70 g de Tuc salé ou un mélange de farine et de chapelure • 60 g de beurre

Epluchez et coupez en cubes la courge musquée.

Chauffez dans une poêle un peu d'huile de noix, ajoutez l'oignon épluché et émincé avec les lardons et les cubes de courge musquée. Ajoutez l'ail écrasé et laissez cuire 15 mn en remuant régulièrement. Salez, poivrez.

Mixez les Tuc avec 60 g de beurre puis ajoutez les noix grossièrement mixées pour faire la pâte à crumble.

Incorporez la ricotta, la muscade à la courge musquée, salez, poivrez mélangez et versez dans un plat beurré allant au four. Mettez par-dessus des morceaux de chèvre et recouvrez du crumble.

Enfournez à 180°C pour 20 mn environ. Servez aussitôt.

N'hésitez pas à remplacer les Tuc par de la farine, voir des mélanges de farine (sarrazin, maïs etc...).

Adaptée de <http://www.carmen-cuisine.com/article-crumble-de-courge-musquee-au-chevre-et-aux-noix-112046460.html>

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 43

Mardi 22 octobre

## **Attention panier le jeudi 31 octobre à la place du vendredi !**

La semaine prochaine le **vendredi** étant **férié** nous ferons les **paniers le jeudi 31 octobre de 15h à 18h45**.

Mardi : **Dernier jours de Dorian**, nous lui souhaitons **une très belle suite...**

**Volodymyr** (ancien jardinier) est venu nous annoncer qu'après un CDD, il **travaille en CDI** à Pomona en conduite de camion frigorifique, il fait de la livraison de fruits, légumes et poissons la nuit.

La semaine dernière a eu lieu le **deuxième groupe de ressenti, les jardiniers·es vous racontent page suivante...**

Ils vous raconteront la semaine prochaine leur **visite au Forum de l'Emploi**.

**Une belle rencontre de Mélanie et Corinne** a eu lieu vendredi dernier, **merci à vous tous·tes, des bonnes préparations violettes dégustées, des discussions et des livres apportés...**

### ***Cette semaine dans votre panier***

	Unité	Petit panier (qt en unité)	Grand panier (qt en unité)
 Carotte	botte	1 petite	1
Epinard	kg	0.35	0.55
Fenouil	pièce	0	1
Musquée Provinces	kg	1	1.4
Poivron	kg	0.25	0.3
Radis asiatique	kg	0.45	0
Tomate verte	kg	0	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.*

## Confiture de tomates vertes et de courge

**Pour environ 8 pots :**

- 1kg de tomates vertes • 500g de courge (Musquée de Provence)
- 500 g de pommes • 600 g de sucre en poudre • le jus d'un citron et 1/2 • une gousse de vanille entaillée • un peu de gingembre (facultatif) ou un peu de cannelle (facultatif)

Dans un faitout, coupez tout en petits morceaux, ajoutez, le sucre, la gousse de vanille, le gingembre ou la cannelle et le jus de citron et mélangez bien. Laissez reposer 6 h environ.

Mettez à cuire à feu doux avec couvercle 1/2 h en mélangeant régulièrement. Puis poursuivez la cuisson environ 1/2 h sans couvercle.

Ôtez la gousse de vanille, mixez la préparation. Vérifiez qu'une cuillerée de confiture fige sur une assiette (sinon poursuivre un peu la cuisson en surveillant). Puis mettez la confiture dans des pots ébouillantés, mettez le couvercle, retournez les pots jusqu'à refroidissement complet.

Adaptée de <http://amapsautron.over-blog.com/>

Recettes  
supplémentaires

## Pâtes de fruits à la tomate verte vanillée

**Pour une vingtaine de pâte de fruits :**

- 500 g de tomates vertes • 350 g de sucre en poudre + sucre pour enrober • 1 gousse de vanille fendue • 1 pointe d'agar-agar

Lavez les tomates, coupez-les en quartier puis en petits morceaux et mettez-les dans une casserole avec le sucre et la gousse de vanille. Portez à ébullition et cuisez environ 20 mn. Retirez la gousse de vanille. Passez avec le jus au moulin à légumes. Remettez sur feu doux et portez à ébullition. Remuez constamment jusqu'à épaississement et que ça se détache des parois de la casserole. Saupoudrez alors d'agar-agar et laissez encore bouillir 2 mn en remuant vivement. Versez dans un petit moule rectangulaire toute une nuit. Coupez en rectangles et roulez dans un peu de sucre. Ces pâtes de fruits se conservent dans une boîte hermétique. Adaptée de <http://cuillereetsaladier.blogspot.com/>

## Tomates vertes - J'en fais quoi ?

Diverses délicieuses préparations dont vous trouverez des recettes sur le blog :

confiture, chutney, tatin, tomates vertes au vinaigre, ketchup facile, beignets, crumble, compote de tomates vertes et rouges, confiture aux épices, tarte salée, croustillants de tomates vertes parmesan et roquette...

<http://jardincocagnenantais.eklablog.com/>

Pour faire mûrir les tomates : Pour une maturation rapide des tomates, placez-les le pédoncule vers le bas avec une pomme dans une cagette tapissée de journal. Pour une maturation en quelques semaines, emballez-les individuellement dans du journal. Surveillez-le régulièrement. Enfin, pour une maturation encore plus lente, laissez-les à l'air libre dans la maison toujours le pédoncule vers le bas.

## Goupe de ressenti n°2

Le deuxième groupe a été piloté par Séverine et c'est Cécile, Eric, Hschew, Mickael, Nathalie et Ousmane vous le racontent :

*"C'était intéressant, ça permet de connaître l'avis de tout un chacun et ça permet de donner des idées, d'exprimer les soucis que tu as. De connaître aussi l'avis des autres, ce qu'ils ressentent.*

*Ça fait que 4 jours que je suis là, j'ai juste pu dire que je suis bien au travail ici.*

*Bien, moi, je l'ai déjà fait peu de temps après être arrivée l'année dernière et je me suis rendue compte que c'était pas plus facile de dire son ressenti. Ce n'est pas plus facile de faire l'exercice un an après qu'au début car il y a la routine et on connaît mieux le travail et il y a des attentes différentes.*

*C'est bien parce que l'on peut s'exprimer, comme on est pas beaucoup on s'entend mieux. On a pu échanger sur ce que nous ressentons aussi. Je me suis aperçue que je n'étais pas la seule à ressentir certaines choses. Ça nous a donné à réfléchir à nos attentes, ce qu'on ne fait pas au quotidien car on est pris dans le travail. Ça a permis aussi de voir ce que les autres pensent de toi et comment ils comprennent ce que tu dis.*

*J'avais fait déjà l'année dernière. A part avoir découvert le boulot d'été, il y a pas de différence. J'ai parlé que j'ai préféré : le travail d'hiver plus que celui d'été car l'hiver on fait pas mal de travail physique comme j'aime bien !*

*C'était intéressant de s'exprimer chacun. J'ai dit que je me sentais bien au jardin, que ça se passait bien et qu'il y a une bonne ambiance. Voilà !"*