



Mille-feuilles de légumes, crème de haricots blancs

Pour 3 à 4 personnes

- 500 g de haricots blancs mi-sec • un gros oignon • du sel • un peu de thym et laurier • 2 poivrons • 1 ou 2 aubergines • 1 ou 2 tomates • une courgette • de l'huile • sel et poivre • quelques cs de parmesan • une petite boule de mozzarella

Lavez les légumes et coupez-les en tranches.

Disposez-les sur une feuille de papier sulfurisé, posée sur le lèche frite.

Salez, versez un peu d'huile sur les légumes et enfournez-les à 180° le temps qu'ils cuisent.

Pendant ce temps, mettez les haricots à cuire dans une casserole d'eau froid avec un gros oignon coupé en lamelles, une branche de thym et une feuille de laurier pendant 20 à 30 mn.

Montez les mille-feuilles de légumes : alternez un légume, du parmesan râpé, un autre légume... Assaisonnez au besoin.

Terminez par de la mozzarella.

Enfournez 10 minutes le temps que le fromage fonde.

Enlevez le thym et le laurier des haricot et mixez-les avec le zeste et le jus de citron. Ajustez l'assaisonnement.

Servez bien chaud avec les mille-feuilles de légumes.

<https://www.kilometre-0.fr/recettes/millefeuilles-de-legumes-creme-de-haricots-blancs/>

Ce numéro a été conçu par l'ensemble de l'équipe
du **Jardin de Cocagne Nantais**
<https://jardinecocagnenantais.fr/>
7, rue des Ruettes - 44 470 Carquefou
tél : 02 40 68 91 67 - e-mail : jdcnantis@orange.fr

Haricot mi-sec
Pas de trempage,
cuisson départ à l'eau
froide ou dans une
sauce 20 à 30 mn

Les légumes
du Jardin

Année 2022 - semaine 32
Mardi 9 août

La grosse patate!

Merci Yves et Anne pour le coup de main lundi dernier, Alex (encadrant) vous dit : "**Vous nous avez fait gagner 3 jours de travail dans la serre à tomate et au désherbage !**". **Merci** aussi à **Annie d'être venue au pied levé**, nous aider au conditionnement des paniers vendredi matin. Ces temps-ci, vos aides sont les bienvenues car nous sommes sur des **équipes restreintes en pleine saison** (donc beaucoup de travail) !

Nous récoltons les pommes de terre et nous avons de très belles bonnes de terre ☀️ ! **Les melons arrivent** aussi et sont excellents... **Les légumes sont précoces**, les oignons et une partie des courges sont prêts... **Nous aurons besoin d'aide pour les récoltes et le reste du travail la semaine prochaine !**

Nous subissons **pas de restriction d'arrosage**, mais nous appliquons ce qui est imposé pas loin : **arrosage de nuit et nous le limitons**. Et par exemple, nous ne désherbons pas les courges pour qu'elles soient à l'ombre (et limiter les risques de coups de chaud qu'elles n'aiment pas), **en acceptant le risque d'un rendement plus faible !**

Cette semaine dans votre panier

	Unité	Petit panier (qt en unité)	Grand panier (qt en unité)
Aubergine	kg	0.35	0.7
Concombre	pièce	1	1
Courgette	kg	0.7	1
Haricot mi-sec	kg	0	0.6
Haricot vert	kg	0.3	0
Poivron	kg	0	0.35
Tomate	kg	0.9	1.1
Prix panier		9.40 euros	13.60 euros

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