

Soupe aux haricots mi-sec et légumes d'été

Ingrédients

- 400 g de haricots mi-sec
- 2 tomates
- 1 poivron
- 1 aubergine
- 1 oignon
- 2 gousses d'ail
- 1 poignée de pâtes (vermicelles, macaronis coupés sommairement à la main, coquillettes...)
- Laurier, sel, poivre

Cuisson des haricots mi-sec

Pas de trempage, ce sont des haricots frais et une cuisson courte : 20 à 30 mn, départ à l'eau froide non salée. Vous pourrez les manger chaud seul ou en accompagnement, voir tièdes ou froids en salade. Ou Cuisez-les directement dans une sauce!

Couvez largement les haricots d'eau froide non salée, ajoutez les tomates coupées en dés, l'oignon, l'ail et le laurier et laissez cuire 15 mn.

Salez et ajoutez les autres légumes coupés en dés de 8 mm. Et laissez cuire encore 10 mn.

Ajoutez les pâtes et un bon tour de poivre et laissez cuire.

Servez avec un filet d'huile d'olive, du fromage râpé et le must : un peu de pistou !


Adaptée de https://www.cuisine-pied-noir.com/recette/recette_1442_soupe-html/

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

ATTENTION
MODIFICATION des
TARIFS des
abonnements de pain
et d'oeufs !

Année 2022 - semaine 37
mardi 13 septembre

Nouvelle direction !



Vous le savez depuis un moment... et, c'est maintenant officiel , le jardin est dirigé par un **nouveau directeur ! Il se présente à vous et vous présente ces objectifs, page suivante...**

Tout augmente aussi pour nos producteur·trice·s partenaires (matières premières, charges etc.), **Les tarifs des abonnements de pain et d'oeufs changent au premier octobre, voir article et nouveau prix page suivante.**

Le Jardin de Cocagne Nantais participera à la Fête des simples, le samedi 24 septembre à la Baudouinière au Bignon... Nous vous donnerons toutes les informations la semaine prochaine, mais vous pouvez d'ores et déjà programmer ce rendez-vous dans vos agendas et consulter le site www.fetedessimples.org !

Et vous pouvez aussi vous inscrire par mail à la visite du jardin du 30 septembre qui aura lieu de 17h à 18h...

Cette semaine dans votre panier

 	Unité	Petit panier (qt en unité)	Grand panier (qt en unité)
Aubergine	kg	0	0.25
Brocoli	kg	0	0.25
Courgette	kg	1	0.8
Haricot vert	kg	0.3	0
Haricot mi-sec	kg	0	0.7
Poivron	kg	0.3	0.4
Tomate	kg	0.9	1.1
Tomate cerise	kg	0	0.15
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.

Augmentation des tarifs des abonnements de pain et d'oeufs

Christine Bichon, la Boulangère et La Ferme du Limeur nous ont informés d'une augmentation des tarifs de leurs produits.

Il s'agit d'une part de la hausse habituelle annuelle et qui, particulièrement cette année, est liée à l'augmentation du prix des matières premières et de l'essence !

Nous espérons que ces nouveaux prix vous conviendront et **que vous pourrez continuer à soutenir ces partenaires qui vous proposent des oeufs et du pain de qualité !**

Par ailleurs, nous vous informons que malgré les soucis d'approvisionnement en poules pondeuses, La Ferme du Limeur a décidé de nous mettre dans les clients prioritaires. Ainsi, il ne devrait pas y avoir pour nous d'arrêt de livraison. Cette pénurie de poules pondeuses est liée aux abattages massifs effectués au printemps dans le cadre de la gestion du risque de la grippe aviaire.

Voici les tarifs qui seront appliqués à partir du 1^{er} octobre :

Abonnement de pain classique (pour rappel : 1 pain par semaine)

1 kg : 5,60 € 500 g : 3,20 €

Abonnement de pain aux graines (pour rappel : 1 pain par semaine)

1 kg : 6,10 € 500 g : 3,60 €

Abonnement d'oeufs (pour rappel : une douzaine tous les 15 jours)

4,80 € la douzaine

Verrine de poivron

Ingrédients

• 2 poivrons rouges finement hachés • 1 oignon finement haché
• 2 gousses d'ail • 1 tomate concassée • 2 portions de fromage à tartiner • Sel, poivre, thym • Focaccia

En premier lieu, dans une casserole, faites cuire le poivron, l'oignon et l'ail jusqu'à ce que l'oignon soit translucide. • Après, ajouter les

Julien, nouveau directeur du jardin, se présente à vous !

Après une carrière au sein du ministère de la Transition Écologique, je suis arrivé à Nantes il y a 6 ans où j'ai occupé le poste de directeur adjoint de la Direction Régionale de l'Environnement, de l'Aménagement et du Logement (DREAL). Avec le soutien de mon épouse et de mes 4 enfants, j'ai décidé faire un pas de côté pour continuer à m'engager pour les citoyens et l'environnement, mais pour le coup en me plaçant au plus près possible du terrain, en cherchant des réponses concrètes et intégrées aux enjeux d'inclusion et d'insertion sociales à travers le support du maraîchage.

Je suis arrivé au Jardin début juillet. L'accueil s'est fait dans les meilleures conditions par Marianne, qui a assuré le passage de relais et une formation accélérée à toutes les dimensions du jardin, et qui continue à m'accompagner, par l'équipe des permanents et tous les jardiniers ainsi que par le Président, Pascal Léon, et par les membres du Conseil d'administration que j'ai croisés et les nombreux adhérents que j'ai pu rencontrer au Jardin, tout particulièrement lors des marchés du vendredi.

Depuis que je suis arrivé, j'ai mesuré toute l'importance de l'accompagnement et le travail d'insertion de l'équipe pour et avec les jardiniers. J'ai aussi pu voir toute la richesse humaine dans sa complexité et toute la générosité qui gravitent rue des Ruettes. J'ai aussi découvert la grande maîtrise technique nécessaire pour assurer une production maraîchère biologique exigeante dans ses pratiques et ses rendements, afin de remplir ses engagements hebdomadaires de produits de qualité. Je me régale ainsi toutes les semaines des magnifiques produits du panier !

Désormais, la première exigence est de maintenir toute la dynamique du Jardin mais le défi est aussi d'accompagner les évolutions nécessaires pour répondre aux urgences et enjeux sociaux, alimentaires et environnementaux. Avec un si beau Jardin de Cocagne, les idées et les projets ne manquent pas et votre soutien est précieux !

tomates, thym, sel et poivre. • Ensuite, une fois le mélange cuit, rajoutez le fromage et mixer le tout. • Enfin, dresser la mousse dans des verrines. • Couper la focaccia en bâtonnets et les plonger dans la mousse. • Pour finir, servir tiède ou même froid.

Adaptée de <http://lesamisdeshirazade.com/verrines-de-mousse-de-poivron-rouge/>