



## Tarte feuilletée aux tomates vertes et à la cannelle

### Pour 4 personnes

• 200 g de pâte feuilletée • 10 tomates vertes moyennes • 50 g de sucre cassonade • 1 petite c. à c. de cannelle moulue

Étalez la pâte feuilletée en forme de rectangle. Posez-la sur une plaque allant au four recouverte de papier cuisson. Roulez les bords pour créer une bordure. Lavez et séchez les tomates vertes. Enlevez le pédoncule, détaillez-les en quartiers puis disposez-les sur la pâte.

Mélangez le sucre cassonade et la cannelle. Saupoudrez les tomates et glissez dans un four préchauffé à 180°C pendant 20 mn environ. C'est prêt lorsque la pâte est dorée et légèrement caramélisée.

N'hésitez pas à ajouter de la poudre d'amande sur la pâte, de parsemez les tomates d'amandes effilées et de les nappez de miel...

<http://danslacuisinedesophie.blogspot.fr/2011/08/tarte-feuilletee-aux-tomates-vertes-et.html>

### Tomates vertes

Vous pouvez en faire diverses délicieuses préparations salées et sucrées : beignets ou chutney, mais encore marinade épicée (ketchup et autres) et surtout soupe (avec de l'oignon et du céleri-branché), tarte salée ou sucrée, crumble, tatin (sucrée ou salée), confitures, comptes, gâteaux moelleux et muffins,...

Vous pouvez aussi les mettre à mûrir (information à retrouver dans l'onglet légumes du site du jardin).

# Les brèves du Jardin

Année 2022 - semaine 42  
mardi 18 octobre

## À l'automne : printemps en terre !

Nous souhaitons la **bienvenue** à **Ismaël** qui a rejoint l'équipe de jardinier·e·s ce lundi.

Page suivante : **les jardinier·es vous racontent la visite d'un chantier de construction** de logement faite dans le cadre d'un partenariat avec Vinci.

Nous vous faisons un **point sur les cultures** et comment elles se portent !

Attention, **prévenez-nous si vous avez une absence aux paniers à la Toussaint**. Pour rappel :

- Les paniers du mardi 1<sup>er</sup> novembre seront distribués le **lundi 31 octobre de 13h à 17h15**, pour Halloween.
- Et les paniers du vendredi 11 novembre seront distribués le **jeudi 10 novembre de 14h30 à 18h30**. Ce jour-là, il y aura une **Rencontre de Corinne et Mélanie**.

### Cette semaine dans votre panier

	Petit panier (qt en unité)	Grand panier (qt en unité)	Unité
Betterave	0,4	0,4	kg
Carotte	1	1	botte
Chou fleur/brocoli	1	1	kg
Echalotte	0	0,3	kg
Fenouil	1	0	kg
Patate douce	0,65	0	kg
Persil	0	1	bouquet
Poivron	0	0,3	kg
Radis rose	0	1	botte
Tomate verte	0	1	kg
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.

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 : [contact@jardindecocagne.fr](mailto:contact@jardindecocagne.fr)

## Point culture : changement de saison !

Avec le changement de saison, les légumes d'été quittent le panier et laissent la place aux légumes d'automne. Nous avons enfin réussi à avoir assez de choux-fleurs et de brocoli à maturité pour en mettre dans tous les paniers. Ils sont arrivés d'un coup suite à la baisse de température qui leur est nécessaire pour se former et se développer. Nous avons toujours un problème de hernie du chou, aussi nous n'aurons pas beaucoup de choux lisses ! Vous pourrez profiter plus tôt et plus fréquemment des courges que l'an passé : nous les passons dès maintenant pour ne pas les perdre car elles ne sont pas faciles à conserver. Les petits poireaux de la semaine dernière était une série de semis tardifs qui ont souffert de la chaleur... Les beaux et gros poireaux arrivent eux aussi ! Cette semaine marque aussi le début des carottes... Et nous pouvons vous annoncer un beau mesclun et des épinards...

Toutes les cultures d'hiver sont en place ! Nous commençons les semis et plantations des primeurs ou légumes nouveaux que vous aurez dans votre panier au printemps : oignon, ail, carotte, chou et fèves...

## Crudité de carotte, fenouil, betterave, raisin et menthe

Recette  
supplémentaire

### Pour 4 personnes

• 2 carottes et leurs fanes • 1 petit fenouil • 2 petites betteraves  
• 1 grappe de raisin • 1 c. à c. de tahiné (purée de sésame – facultatif) • 4 c. à s. d'huile d'olive • Le jus d'1 citron • 1 dizaine de feuilles de menthe (facultatif) • 2 pincées de graines de cumin ou fenouil (facultatif) • Germes de votre choix (facultatif) • Sel

Rincez et essorez la menthe et les fanes de carottes (en enlevant bien la tige centrale) et mixez-les avec l'huile, le cumin, le jus de citron, le tahiné, salez.

Rincez les raisins et coupez les grains en 2. Lavez les carottes, le fenouil et les betteraves.

A la mandoline, l'épluche légume ou un bon couteau, faites de fines tranches des légumes.

## Visite d'un chantier !

Dans le cadre d'un partenariat avec Vinci, une équipe du jardin a visité l'opération immobilière Luméa à Carquefou. Ce partenariat s'est construit autour du financement du nouveau bâtiment par la fondation Vinci pour la Cité (qui soutient des projets associatifs œuvrant pour l'insertion sociale) avec pour parrain Damien Olivier. Anne-Christelle, Baballah, Djémila et Sandra vous racontent cette visite et ce qu'ils en ont retenu :

*"C'était la visite d'un bâtiment de logement en construction sur Carquefou. Il y avait un appartement témoin qui permettait de faire une comparaison entre la qualité du travail fini et du travail en cours. Ça nous a permis de voir les différentes étapes de construction et aussi de prendre connaissance des matériaux utilisés.*

*Très intéressant. On voyait tous les corps de métiers pour construire un bâtiment ou une maison. De bonnes explications : ils ont vraiment répondu à toutes les questions. Et on a eu un très bon accueil !*

*J'ai découvert le travail dans le bâtiment. Je pense que plombier, ce n'est pas facile, mais je vais faire plombier. Ça reste mon envie !*

*Ce qui était intéressant, c'est de voir toutes les étapes et les corps de métiers nécessaires pour faire un bâtiment. Il est important que ceux-ci se coordonnent pour qu'ils puissent intervenir les uns après les autres et en même temps avec une logique.*

*On a pu visiter un appartement témoin pour voir le rendu. Il était magnifique ! Avant de construire l'appartement, il faut payer 20% (en achetant sur plan). Le prix du m<sup>2</sup> à Carquefou est de 4 500€, un appartement de 70 m<sup>2</sup> revient à 315 000 € clé en main. Se loger devient de plus en plus difficile à l'achat et à la location. A ce prix là, imagines-tu à quel prix il sera loué !?*

*Cette visite était organisée pour découvrir tous les métiers du bâtiment. Moi ça m'a donné des idées... Pas pour travailler dans le bâtiment, mais quand tu fais un bâtiment, tu fais aussi les parking et les espaces verts... Et, ça, c'est ma partie ! Et ce pourrait m'intéresser !"*

Mélangez les légumes à la sauce, parsemez de raisins et de germe.

Servez

Adaptée de <https://www.marieclaire.fr/>