## La recette du jour

## Gratin de navets au parmesan

### Pour 4 personnes :

- 600 g de navets
- 25 cl de lait
- 25 cl de crème liquide
- 1 gousse d'ail
- 1 feuille de laurier
- 100 g de parmesan râpé
- Sel et poivre du moulin

Après avoir épluché les navets, lavez-les et faites-les blanchir 3 mn dans une casserole d'eau bouillante.

Coupez les navets blanchis en tranches d'environ 3mm d'épaisseur.

Versez le lait et la crème dans une casserole, ajoutez la gousse d'ail, la feuille de laurier, du sel et du poivre. Portez ce liquide à ébullition puis mettez-y les tranches de navet à cuire 10 mn à feu moyen.

Disposez les navets égouttés dans un plat à four beurré et faites légèrement réduire le mélange lait/crème sur le feu. Enlevez la gousse d'ail et la feuille de laurier et incorporez le parmesan.

Versez ce mélange sur les navets et gratinez dans un four préchauffé à 200°.

Issue de https://www.mamiecaillou.com/article-gratin-de-navets-au-parmesan-122110289.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 : contact@jardindecocagnenantais.fr

Pomme de terre Allians

robe des champs, vapeur, gratin, rissolée... Ces brèves <sub>du</sub> Gardin

Année 2023 - semaine 13 mardi 28 mars

# Semaine 15 sans panier!

Nous vous rappelons qu'il n'y aura **pas de panier, pas de marché et pas de pain, la semaine 15** : mardi 11 et vendredi 14 avril. C'est la dernière semaine sans panier avant les fêtes de fin d'année. *Page suivante*, **Alex** (encadrant technique) **vous explique** pourquoi nous avons prévu cette pause dans le fonctionnement de l'abonnement et **la difficulté de la saison**.

**Nous accueillons 2 stagiaires**, Flora en reconversion et Nina en psycho. Elles suivent Anne-Christelle (accompagnatrice socioprofessionnelle) dans ses différentes tâches dont les Groupes d'Entraînement à l'Affirmation de Soi et les entretiens.

Le Jardin participera aux 48h de l'Agriculture Urbaine le samedi 29 avril de 14h30 à 16h30 avec des visites du jardin et l'exposition des outils de maraîchage. Notez-le dans vos agendas et parlez-en autour de vous.

## Cette semaine dans votre panier

AR ****	Unité	Petit panier	Grand panier
AGRICULTURE BIOLOGIQUE		(qt en unité)	(qt en unité)
Blette	kg	0,4	0
Coriandre	bouquet	0	1
Echalote	kg	0,15	0
Mesclun	kg	0	0,2
Navet	kg	0,5	0,5
Oignon	kg	0,3	0
Poireau	kg	0	0,5
Pomme *	kg	0,5	1
Radis noir	kg	0	0,5
Radis rose	botte	0	1
Pomme de terre Allians	kg	1	1
Prix du panier	kg	9,90 €uros	14,30 €uros

\* Pommes Délices d'Or du Gaec de la Grigonnais - La Grigonnais - 44

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

## Printemps pluvieux, Printemps heureux!

Nous arrivons à la fin de nos stocks d'hiver. Nous sommes en pleine période de transition entre légumes d'hiver et légumes primeurs (fèves, pois, choux pointus, choux-fleurs, aillet, oignons nouveaux...). Cette période est sans doute la plus difficile à gérer pour un producteur à plusieurs titres.

#### **Semis**

Les semis pendant cette période sont toujours sensibles. La pépinière est pleine avec des cultures à des stades différents et plus ou moins tolérantes au froid. Il faut trouver un équilibre en trop d'arrosage et pas assez. En journée ensoleillée, le terreau sèche très vite et il faut arroser une fois par jour. Si le temps est gris, on peut se permettre de ne pas arroser tous les jours. C'est une adaptation constante. Nous avons perdu une partie de nos semis de pois pour le plein champ peut-être par excès d'arrosage. Les graines de courgettes peuvent aussi avoir tendance à pourrir si le terreau ne sèche pas. Nous avons aussi des oiseaux qui mangent nos graines de courgettes et un mulot qui s'est régalé de graines de petits pois ! Dans ces cas là, il faut décider vite si on sème davantage pour compenser les pertes et être sûr d'avoir le bon nombre de plant. Si les températures sont en dessous de 5°C, on met deux couches de filets pour protéger les tomates, poivrons, physalis... cette période demande donc de la réactivité, du suivi et de l'intuition.

### Implantation des cultures

Quasiment tous les primeurs sont en place au champ et dans les serres. Nous préparons l'été avec la plantation des tomates (cette semaine), des aubergines et bientôt des courgettes en serre. Pour le champs, la pluie a ralenti notre travail. Nous allons peut-être devoir reporter notre plantation de pomme de terre le temps de laisser le sol se ressuyer. Parfois, il faut être patient et s'adapter aux contraintes climatiques et ne pas suivre le plan de culture à la lettre. Certains outils de tracteur s'utilisent de façon optimale dans des conditions bien précises. En revanche, la pluie nous a permis de planter certaines cultures au champ dans de bonnes conditions avec un sol rempli d'eau. Les planches avaient été travaillées en février et donc prêtes à être utilisées. On a pu anticipé lorsque nous avons vu les prévisions météo pour le mois de mars qui étaient annoncées pluvieuses.

#### Gestion des cultures

Le printemps veut dire aussi arrivée des ravageurs et maladies! Les pucerons commencent sérieusement à sortir, en particulier dans les serres. On doit donc être vigilants pour repérer les premiers foyers et agir vite. Par exemple, nous avons introduits des larves de chrysopes pour s'attaquer aux pucerons présents sur les fèves. Des fîlets doivent être posés sur les cultures. Les premiers vols de mouche de la carotte, de l'oignon, de l'ail et les piérides du chou arrivent. Il faut limiter l'utilisation de fîlets avec des trous et bien vérifier qu'ils ne s'envolent pas

avec le vent. Cela peut devenir pénible de remettre les filets toutes les semaines, en étant persuadés qu'ils tiendraient! La gestion du climat dans les serres est aussi technique. Si les températures sont basses, il faut pouvoir protéger les cultures d'été avec des filets spéciaux, sans toucher le feuillage...tout cela demande de l'organisation et parfois de l'improvisation. Pour éviter les maladies, les serres sont aérées en journée et fermées le soir.

#### **Paniers**

Comme évoqué précédemment, on ne fera pas de panier en semaine 15. Cela permettra d'attendre les choux pointus, les fèves et d'autres primeurs et de repartir sur des paniers plus attrayants. C'est une période délicate dans la mesure où il faut bien estimer les quantités à récolter pour les paniers. On peut être justes en primeurs. C'est pourquoi nous demandons aux salariés de bien compter les bottes de radis, le nombre de choux pointus...Avec l'expérience, on arrive à estimer les quantités de mesclun mais cela reste toujours un exercice périlleux.

### Flan de radis noir

## Recette supplémentaire

#### Pour 4 personnes

- 600 g de radis noir très frais
- 4 œufs
- 150 g de fromage blanc
- fromage râpé (parmesan, comté...)
- muscade, sel, poivre, beurre

Épluchez les radis, lavez-les et coupez-les en petits cubes. Cuisez-les 15 mn à la vapeur. Préchauffez le four th. 8/24°.

Mixez les radis noir égouttés. Battez les œufs en omelettes, ajoutez le fromage blanc, le fromage choisi et une pointe de muscade. Salez et poivrez. Assemblez les deux préparations. Beurrez un moule à soufflé ou des moules individuels et garnissez-les de la préparation. Déposez dans un plat contenant de l'eau et faites cuire au bain marie durant 30 mn pour le moule à soufflé et 20 mn pour les moules individuels.

Vous pouvez aujouter des pruneaux si vous aimez le sucré-salé et ou des lardons...

Adaptée de https://ungraindesableoudesel.blog/2019/01/15/flan-de-radis-noir/