

Année 2024 - semaine 51
mardi 17 décembre 2024

Joyeux Noël et bonnes fêtes de fin d'année !

Ce lundi, l'équipe du Jardin s'est retrouvée autour d'une grande table pour son repas de Noël. De nombreux plats, salés et sucrés, avaient été apportés. Le matin, l'équipe s'était répartie entre ceux qui sont allés récolter les légumes, en particulier les poireaux pour les paniers de la semaine, et ceux qui ont préparé une grande potée de légumes (avec des poireaux, des pommes de terre, des navets et des rutabagas) ainsi qu'une potée de poulet. Avec plusieurs Jardiniers, Benoît avait décoré la pièce. Nous étions au coin du feu, avec de belles et chaleureuses lumières.

Ce repas est venu terminer une année bien remplie pour toute l'équipe du Jardin. Julien a parlé de son plaisir de faire partie de l'équipe du Jardin, de sa fierté d'accompagner les parcours des salariés, de l'enrichissement qu'il trouve auprès de toutes les personnes qui participent à la dynamique du Jardin, de la force collective qui permet d'avancer dans notre monde.

Les Jardiniers ont trouvé que ce repas de Noël « s'était très bien passé », que c'était « très sympa » et « agréable de se trouver avec le groupe dans un cadre festif ».

« Ce sont des temps informels où on se rencontre plus, et cela joue ensuite pour le travail ».

« J'étais comme en famille. Nous avons bien mangé, bien rigolé ... et même bien dormi ! »

« J'ai bien aimé la simplicité. Ça me rappelle ma grand-mère qui racontait qu'elle n'avait pour Noël qu'un biscuit et qu'une orange, et qui en pleurait encore ».

Alors, de la part de toute l'équipe, « tous nos vœux pour cette fin d'année »

Les paniers de la semaine

	unité	Petit panier	Grand panier
Chou de Bruxelles	kg	0,18	
Chou de Pontoise	kg	-	1,4
Courge	kg	1,1	1,1
Échalote	kg	0,1	0,1
Poireau	kg	0,5	1
Tisane	kg	1	1
prix panier		10,40 €	15,00 €

Les légumes sont produits au Jardin de Cocagne Nantais selon le respect du mode d'agriculture biologique, certifié par FR-BIO-01 AGRICULTURE FRANCE. Ce numéro a été conçu par l'ensemble de l'équipe du Jardin de Cocagne Nantais 02 40 68 91 67- mail : communication@jardindecocagenantais.fr / Directeur de la publication : Julien Custot

Vous pouvez encore **faire un don au** Jardin de Cocagne Nantais, association d'intérêt général, et bénéficier d'une réduction d'impôt de 66% du montant de votre don, à faire par chèque (à l'ordre du Jardin de Cocagne Nantais) ou par virement (IBAN : FR76 1470 6000 3300 0674 2502 375 / BIC : AGRIFRPP847). **Merci pour votre générosité !**

Choux de Bruxelles, vinaigre balsamique et noix

Ingrédients :

- 180 g choux de Bruxelles
- 50 g lardons fumés
- 1 c. à soupe huile de noix
- 2 c. à soupe vinaigre balsamique
- 1 c. à café miel
- 1 c. à café gingembre moulu
- 1 c. à soupe noix concassée(s)



Préparation :

1. Dans une casserole d'eau salée à ébullition, faites cuire les choux de Bruxelles pendant 10 minutes. Égouttez-les et réservez.
2. Dans une poêle contenant un filet d'huile de noix, faites revenir les lardons et les choux de Bruxelles.
3. Ajoutez le vinaigre balsamique, le miel et le gingembre moulu et continuez la cuisson pendant 5 minutes à feu moyen.
4. Déglacez au vinaigre balsamique. Vous pouvez verser cette sauce sur des escalopes de volailles ou sur du riz.

Cuisses de pintade braisées au chou de Pontoise (ou de Bruxelles)

Ingrédients :

- 2 cuisses de pintade
- 50 g de lardons fumés
- 1/2 d'un chou frisé ou des choux de Bruxelles
- 2 pommes de terre
- 1 carotte
- 1/2 cuillère à soupe d'huile
- 25 g de beurre
- 15 cl de bouillon de volaille
- 1 feuille de laurier
- sel et poivre

Préparation :

1. Salez et poivrez les cuisses de pintade. Faites-les dorer avec l'huile et 15 g de beurre dans une grande cocotte.
2. Coupez le chou en trois, taillez les carottes et les pommes de terre en morceaux. Plongez tous les légumes pendant 5 min. dans de l'eau bouillante. Egouttez-les bien.
3. Réservez la pintade. Dans la même cocotte, faites revenir les lardons dans 10 g de beurre, ajoutez la moitié des légumes et placez les cuisses au centre. Entourez-la avec le reste des légumes et ajoutez les feuilles de laurier.
4. Parsemez de noisettes de beurre, salez et poivrez ; arrosez avec le bouillon, recouvrez et laissez cuire 30 min

Tisanes

Dans tous les paniers de la semaine, vous trouverez un beau sachet de tisane ! Pour préparer votre infusion, versez l'eau bouillante (90 à 100 °C) directement sur les plantes et laissez infuser 10 minutes au moins. Si une amertume apparaît, il suffit d'ajouter un peu d'eau chaude : l'amertume sera diluée mais le parfum restera.