

# Les Brèves du Jardin

N°861

Année 2024 - semaine 22

Mardi 28 mai

## Une magnifique Journée Portes Ouvertes pour fêter l'agriculture urbaine !

Plus de 50 personnes sont venues à la **Journée Portes Ouvertes**. Nombre d'entre vous avaient d'autres engagements et s'étaient excusés de ne pas pouvoir passer. Nous tenons donc à vous exprimer à tous notre profonde gratitude pour votre participation et votre soutien qui ont contribué au succès de cette fête. Votre engagement renforce les liens au sein de notre communauté, entre adhérents, administrateurs, partenaires, visiteurs, et pour cela, nous vous remercions chaleureusement. (Re)vivez ce moment avec l'article dans les pages intérieures.

L'esprit de fête a été douché lundi matin. Nous avons constaté un **nouveau cambriolage ce week-end**, avec le vol des 3 ordinateurs des encadrants techniques, d'un congélateur et de l'essence. Ces vols récurrents ont des conséquences sur notre activité avec une dégradation de outil de production, nos ressources financières, ainsi que le moral de l'équipe. Nous craignons aussi les vols de légumes cet été qui vous priveraient des tomates, poivrons, aubergines, melons et pastèques. La gendarmerie a été immédiatement informée et elle est intervenue pour constater les faits. Nous prenons donc toujours ce problème très au sérieux et nous allons tout mettre en œuvre pour renforcer la sécurité de notre site. Nous vous tiendrons informés des mesures supplémentaires que nous prendrons pour sécuriser le Jardin et garantir la pérennité de nos activités.

Les paniers de la semaine	unité	petit panier	grand panier
Artichaut	Pièce	2	-
Betterave	Botte	-	1
Blette	kg	0,7	-
Courgette	kg	-	0,5
Fève (grain)	kg	0,6	0,5
Oignon Nouveau	Botte	1	-
Plante aromatique	Botte	-	1
Pois mange-tout	kg	-	0,3
Pomme de Terre	kg	0,5	0,6
Salade	Pièce	-	1
<b>prix panier</b>		<b>10,40 €</b>	<b>15,00 €</b>



Les légumes sont produits au Jardin de Cocagne Nantais selon le respect du mode d'agriculture biologique, certifié par FR-BIO-01 AGRICULTURE FRANCE

## **Un Événement Inoubliable : Retour sur la Journée Portes Ouvertes du 25 mai 2024 au Jardin de Cocagne Nantais**

Le samedi 25 mai, notre Jardin a ouvert grand ses portes pour accueillir plus de 50 visiteurs lors d'une journée exceptionnelle, empreinte de découvertes et de convivialité. Plongez au cœur d'une journée mémorable où la passion pour l'agriculture biologique et l'engagement envers l'insertion professionnelle se sont harmonieusement unis pour créer des moments inoubliables.

### **Des Rencontres et des Découvertes Enrichissantes**

La journée a été ponctuée de moments de partage et de découverte, notamment lors du déjeuner pris en commun où chacun a apporté un plat salé ou sucré, créant ainsi une table variée et conviviale. Ce moment d'échange s'est révélé précieux, favorisant les discussions et les liens entre tous les participants. Après les visites, nos participants ont eu l'occasion de déguster et de tester nos tisanes 100 % de Jardin de Cocagne Nantais ainsi que des biscuits pur beurre avec oranges séchées, entièrement faits maison.

Pour Racha, notre nouvelle chargée de communication, et Mickaël, notre accompagnateur socio-professionnel, ainsi que pour Aurélien, Mahdi et Sébastien, nos salariés en insertion professionnelle, et Issem, notre stagiaire en master 1 en humanités environnementales, cette journée a été une première expérience mémorable. Leurs talents et leur dévouement ont brillamment contribué au succès de l'événement.

### **Témoignages et Retours d'Expérience des Participants :**

« Une visite guidée des serres et du jardin par Marc, un encadrant technique passionné qui nous a expliqué avec pédagogie son métier et le travail effectué avec les salariés en insertion du jardin. »

« Nous en avons profité pour faire notre marché et avons été servis avec le sourire par Mickaël, en charge de l'accompagnement socio-professionnel des salariés lorsqu'il n'est pas caissier aux Portes Ouvertes. Merci Mickaël ! Un accueil au top, dans un cadre sympa. »

Aurélien, Jardinier, retient que « c'était sympathique, convivial, enrichissant » : « j'ai participé aux visites. ».

### **Des Visites Guidées Captivantes :**

Les visites guidées, menées par Marc, Alexandre et Patrick, ont véritablement enchanté nos visiteurs. Marc, avec sa connaissance approfondie des cultures maraîchères, a révélé les secrets de nos méthodes de culture biologique, expliquant comment nous produisons des légumes sains et savoureux tout en respectant l'environnement. Ses explications ont permis aux participants de mieux comprendre les techniques utilisées pour cultiver nos légumes, de la préparation du sol à la récolte.

Alexandre a captivé l'audience avec son expertise sur la lutte intégrée, une méthode écologique de gestion des ravageurs et parasites. Il a expliqué comment nous utilisons des solutions naturelles pour protéger nos légumes, nous permettant ainsi

de ne jamais utiliser de pesticides chimiques. Les visiteurs ont été fascinés par les exemples concrets d'insectes bénéfiques et de plantes compagnes qui jouent un rôle crucial dans notre écosystème agricole.

Patrick, bénévole de la Ligue de Protection des Oiseaux, a emmené les participants à la découverte des richesses naturelles de notre jardin. Il a partagé sa passion pour la faune et la flore locales, montrant comment un jardin bien géré peut devenir un véritable refuge pour la biodiversité. Les visiteurs ont pu observer de près les insectes, les oiseaux et les plantes qui cohabitent harmonieusement dans notre espace, illustrant l'importance de préserver et de promouvoir la diversité biologique.

### **Des Ateliers Gourmands et Conviviaux**

Nos ateliers ont également rencontré un franc succès. Racha a animé une séance de préparation de couscous, permettant à chacun de mettre la main à la pâte et de découvrir la culture culinaire de Tunisie. Un autre atelier a initié les participants à la production de kombucha, cette boisson fermentée aux multiples vertus.

En clôture de cette journée enrichissante, les participants ont également savouré un délicieux couscous préparé lors de l'atelier de cuisine. De plus, les visiteurs ont eu l'opportunité de repartir avec des paniers de légumes frais de notre jardin et des produits de la ferme de la Gazi. Tout cela s'est déroulé dans une ambiance agrémentée par la musique envoûtante de Nicolas, qui a donné à la journée une touche festive et chaleureuse.

### **Une Mission d'Insertion et de Solidarité**

Au-delà de la découverte de nos productions biologiques, cette journée a été l'occasion de mettre en lumière notre engagement en faveur de l'insertion socio-professionnelle. Au Jardin de Cocagne Nantais, nous offrons à des personnes éloignées de l'emploi l'opportunité de se réinsérer dans le monde du travail grâce à des activités maraîchères et des formations adaptées. Nous cultivons bien plus que des légumes : nous cultivons l'espoir, la solidarité et l'avenir professionnel. Nos paniers de légumes biologiques, distribués à nos adhérents, sont le fruit de ce travail collectif et solidaire.

### **Un Acteur Clé de l'Agriculture Urbaine**

Notre participation au Festival des 48h de l'Agriculture Urbaine de Nantes, porté par Nantes Ville comestible, a renforcé notre rôle dans le développement d'une agriculture urbaine résiliente et solidaire de la métropole nantaise. Nous avons démontré que le Jardin de Cocagne Nantais est un lieu ouvert et accueillant, ancré dans le territoire, où chacun peut s'impliquer et contribuer au développement durable de notre territoire.

Nous tenons à remercier chaleureusement tous les participants qui ont fait de cette journée un moment exceptionnel. Votre soutien est la source de notre énergie et de notre succès.

Nous avons hâte de vous retrouver bientôt au Jardin de Cocagne Nantais

## Salade des fèves

Les fèves poussent très bien cette année. Jusqu'à présent, nous proposons de fèves mange-tout. Désormais, la cosse se durcit et les grains se forment : ce sont ces derniers qu'il faut manger maintenant. Racha vous propose sa recette.

**Ingrédients :** pour 2 personnes

- |  |  |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"><li>• 500 g de fèves</li><li>• 3 gousses d'ail, écrasées</li><li>• 1 citron (jus)</li><li>• 4 cuillères à soupe d'huile d'olive</li><li>• 1 tomate, coupée en petits cubes</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>• 1 petit oignon, haché finement</li><li>• 1 bouquet de persil, haché</li><li>• 1 cuillère à café de cumin moulu</li><li>• Sel et poivre au goût</li><li>• Pain pita pour servir</li></ul> |
|--|--|

1. **Préparation des fèves :**

Écossez les fèves fraîches et rincez-les sous l'eau froide.

2. **Cuisson des fèves :**

Portez une grande casserole d'eau à ébullition et ajoutez les fèves. Faites-les cuire pendant environ 10 à 15 minutes, ou jusqu'à ce qu'elles soient tendres. Égouttez les fèves.

3. **Assaisonnement :**

- Placez les fèves cuites dans un grand bol en leur gardant leur peau.
- Ajoutez l'ail écrasé, le jus de citron, le cumin, le sel et le poivre. Mélangez bien pour que les fèves soient bien enrobées des assaisonnements.

4. **Garniture et présentation :**

- Ajoutez l'huile d'olive et mélangez à nouveau.
- Incorporez la tomate, l'oignon haché et le persil.
- Rectifiez l'assaisonnement si nécessaire.

5. **Service :**

- Servez les fèves chaudes, accompagnés du pain .
- Vous pouvez également les garnir d'un peu plus de persil haché et d'un filet d'huile d'olive pour une présentation plus appétissante.

6. **Suggestions de présentation :**

- Salade des fèves peuvent être servis avec des œufs durs coupés en quartiers, des olives, des radis, ou encore du fromage frais pour un repas plus complet.

Bon appétit!

Pour toute demande, votre contact principal est Racha Dridi, qui anime le réseau des adhérents et est là pour répondre à toutes vos questions.

*Ce numéro a été conçu par l'ensemble de l'équipe du Jardin de Cocagne Nantais*  
directeur de la publication : Julien Custot - 7, rue des Ruettes - 44 470 Carquefou - tél : 02 40 68 91 67  
mail : communication@jardindecocagnenantais.fr

[www.jardindecocagnenantais.fr](http://www.jardindecocagnenantais.fr) - [www.facebook.com/jardindecocagnenantais](https://www.facebook.com/jardindecocagnenantais)

✨ N'hésitez pas à nous contacter !