

année 2025 - semaine 28
vendredi 11 juillet

Cette semaine au Jardin nous continuons de récolter quotidiennement haricots verts, tomates, courgettes, pomme de terre nouvelle, concombres et aubergines. C'est également la fin du chantier de plantations de poireaux et choux au nouveau champ. Les pigeons, les piérides (les papillons blancs à pois noirs) et les altises (un petit coléoptère) sont aux aguets pour dévorer ces nouvelles plantations. Pour y remédier, nous utilisons un filet et le bassinage, un arrosage régulier afin de laisser les feuilles humides, ce qui repousse les altises.

Les oignons et les échalotes sont quasiment prêts à être récoltés et seront bientôt vendus au marché !

Les jardinier.e.s passent le brûleur sur les planches de carottes avant que les semis ne lèvent et limiter ainsi le désherbage manuel. Les jardinier.e.s sèment également les haricots demi-secs et verts, salades et courgettes tardives. Toujours beaucoup de désherbage et tuteurage des poivrons et bleuets centaurees.

Nos PAM (plantes aromatiques et médicinales) poussent bien en ce moment avec les belles journées!

Concernant les pommes de terre de garde, elles seront récoltées la semaine prochaine. Pour anticiper cette récolte, un broyage des feuillages a été effectué pour optimiser la conservation des pommes de terre, ce qui durcit leur peau. Il est également important de respecter la date de récolte selon la durée du cycle des pommes de terre, ici des 90 jours et de ne pas récolter par forte chaleur. Une fois récoltées, elles seront conservées dans le noir durant une semaine afin de bien les faire sécher.

APPEL A BENEVOLES

Si certain.e.s d'entre vous veulent se joindre à l'équipe pour récolter les pommes de terre de garde :
Rendez-vous mercredi 16 juillet de 7h30 à 10h au Jardin ! Nous aurions besoin de 5 à 10 personnes.

Recette de la semaine Concombre à la crème fraîche et à la ciboulette

Ingrédients :

• 2 concombres • Crème fraîche épaisse 200ml • Jus de citron(s) vert(s)	• 1 botte de ciboulette • Sel, poivre
---	--

Préparation :

- Nettoyer et couper les concombres en fines rondelles, sans les éplucher. Placer les dans un saladier, saler et réserver au frais.
- Mélanger la crème fraîche et le jus de citron dans un bol. Nettoyer et essuyer la ciboulette. La ciseler finement et l'ajouter à la crème. Saler et poivrer à votre goût. Réserver au frais.
- Au moment de la dégustation, disposer les rondelles de concombres dans les assiettes et les napper de sauce à la crème. Décorer les assiettes avec des brins de ciboulette entier et rondelles de citron frais. Déguster aussitôt avec des toast de pain grillé.

Tarte tomates courgettes

Ingrédients :

• 1 rouleau de pâte brisée • 4 tomates • 2 courgettes • 3 cuillères à soupe de moutarde à l'ancienne	• 1 Oignon, 2 gousses d'ail • Thym • 60g Parmesan râpé • Huile d'olive
---	---

Préparation :

- Laver les courgettes et les couper en rondelles, émincer l'oignon et l'ail en fines lamelles. Les faire revenir dans de l'huile d'olive avec un peu de thym pendant environ 10 minutes, saler et poivrer.
- Préchauffer le four à 180°. Etaler la pâte dans un moule à tarte puis piquer le fond avec une fourchette. Badigeonner le fond de moutarde.
- Recouvrir le fond de tarte de courgettes et les tomates coupées en rondelles, saler, poivrer et parsemer de thym et de parmesan.
- Enfourner environ 40 minutes et déguster !

	unité	petit panier	grand panier
Aubergines	kg	-	0,6
Concombre	kg	0,3	0,3
Courgettes	kg	1	1,3
Haricots verts	kg	0,3	0,5
Pommes de terre nouvelle	kg	0,5	-
Tomates	kg	0,8	1,2
Botte d'aromate offerte		10,70 €	15,40 €



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

Directeur de la publication : Julien Custot - Tel 02 40 68 91 67-mail : communication@jardindecocagnenantais.fr