Les Brèves du Jardin

N°917

année 2025 - semaine 29
mardi 15 juillet

MARCHE

En cette période estivale, le Jardin continue de vous accueillir lors de ses marchés hebdomadaires :

- **mardi de 13h à 17h**
- **vendredi de 13h30 à 18h30**

Pour rappel ces marchés sont ouverts à tous et nous serons ravis d'accueillir également vos proches, voisin.e.s et ami.e.s ! Alors n'hésitez pas à passer le message autour de vous !

Lors de nos marchés nous vous proposons également de la vente semi-gros :

Cagette tomates classiques de 5kg : 2€ le kilo

Cagette tomates anciennes de 5kg : 3€ le kilo

Haricots verts 1kg : 7€ le kilo au lieu de 12€

Tomates cerises 1kg : 7€ le kilo au lieu de 12€

PAIN ET OEUFS : PAUSE ESTIVALE

Nous vous informons que notre fournisseur de pain actuel, Les Tartines De L'Ouest va effectuer sa dernière livraison au Jardin vendredi 25 juillet. En effet, ce fournisseur souhaite diminuer son activité et ne pourra donc plus fournir le Jardin en pain.
A partir de la rentrée, Pain Virgule situé au LANDREAU prendra le relais et nous garderons le même type de pain !
Concernant la ferme du Limeur qui nous fournit les œufs, seule la semaine 33 ne sera pas livré.

EQUIPE

Cette semaine nous accueillons une nouvelle jardinière, Myriam !

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

Gratin de légumes d'été

Ingrédients :

• 1 courgette • 1 aubergine • 4 tomates • 125g de mozarella • Fromage râpé	• Huile d'olive • 1 gousse d'ail • Sel, Poivre • Basilic frais • Herbes de Provence

Préparation :

- Préchauffer le four à 180° (th.6). Laver les légumes. Couper la tomate, la courgette et la mozzarella en rondelles. Couper l'aubergine en petits cubes.
- Éplucher la gousse d'ail et frotter le fond du plat *(allant au four)* avec. Verser un filet d'huile d'olive et ajouter les cubes d'aubergine. Saler, poivrer et parsemer d'herbes de Provence.
- Ajouter ensuite les rondelles de tomates, courgette et mozzarella *(en les alternant à la manière d'un tian)*. Saler, poivrer, parsemer de fromage râpé et enfourner durant 20 minutes. Ajouter le basilic frais ciselé. C'est prêt!

Filet mignon aux aubergines

Ingrédients :

• 1 Filet mignon de porc • 2 à 3 Aubergines • 3 Oignons, 2 gousses d'ail	• 2 Tomates • Thym, Basilic • Sel, Poivre, Huile d'olive

Préparation :

- Peler et épépiner les tomates, découper la pulpe en gros dés. Peler et émincer les oignons et l'ail. Rincer et éponger les aubergines, découpez-les en petits morceaux. Les faire dorer à feu très vif dans une poêle dans 4 cuil. à soupe d'huile.
- Dans une cocotte, faire dorer le filet mignon sur toutes ses faces dans l'huile restante. Une fois bien colorée, retirez la viande et raclez le fond du récipient avec une cuillère en bois pour recueillir tous les sucs caramélisés. Mettez les oignons et l'ail à fondre à la place.
- Lorsque les oignons sont transparents remettez la viande dans la cocotte, joindre la pulpe de tomate, les aubergines sautées, le thym, du sel et du poivre. Couvrir et laissez mijoter pendant 1 h. Servir la viande tranchée avec les légumes mijotés, poudrer de basilic ciselé. Ce plat est aussi bon chaud que froid.

	unité	petit panier	grand panier
Aubergine	kg	0,4	0,6
Concombre	kg	-	0,3
Courgette	kg	0,8	1
Haricot vert	kg	0,3	0,45
Poivron coloré	kg	-	0,2
Tomate	kg	1,1	1,3
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