



année 2025 - semaine 32
mardi 5 août

Au cœur de l'été

Comme dit Marc, nous sommes au cœur de l'été ! Cette semaine encore, vos paniers sont remplis de tomates, concombres, courgettes, poivrons, haricots, ... Et les 1er melons arrivent bientôt !

En plus de ces récoltes, nous allons continuer à désherber aux champs, tuteurer les tomates, sortir de terre les oignons et les pommes de terre, planter des salades, semer des radis noirs, cueillir et faire sécher les PAM (plantes aromatiques et médicinales) ...

Vous êtes toujours les bienvenus.e.s participer à la vie quotidienne du Jardin et vous joindre aux équipes. Si le cœur vous en dit, rendez-vous au Jardin du lundi au vendredi à 7h30 ou à 10h. Vous pouvez nous prévenir ou vous décider à la dernière minute et venir directement un matin !

Des nouvelles de l'équipe

Cette semaine, nous accueillons Mamane dans l'équipe ! Bienvenue Mamane !

Et jeudi sera le dernier jour de travail de Thierry. Merci Thierry pour ton implication et ta générosité ! Ce fut un plaisir de travailler à tes côtés !

A noter dans vos agendas

Le jardin sera exceptionnellement fermé vendredi 15 août, jour férié.
La distribution des paniers et le marché auront lieu jeudi 14 août de 13h30 à 18h30.

Merci !

Merci Marie-Renée pour le don de machine à laver !

Merci Laurence pour ton implication aux côtés de l'équipe vendredi (préparation des paniers) et lundi (récolte des haricots) !

Vous répondez à nos appels, l'équipe du Jardin se sent soutenue et entourée par vos messages et vos participations.

Tarte à la tomate

Ingrédients :

- | | |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none">• 1 pâte à tarte• 4 tomates bien mûres• Moutarde de Dijon | <ul style="list-style-type: none">• Herbes de provence• Sel• Huile d'olive |
|---|--|

Préparation :

- Préchauffer le four à 230°C.
- Etaler la pâte et la percer avec une fourchette
- Précuire la pâte 5 min à 230°C.
- Pendant ce temps, couper les tomates en rondelles de 3 mm d'épaisseur.
- Sortir la pâte précuite du four. Badigeonner le fond de moutarde de Dijon
- Disposer les tranches de tomates. Faire plusieurs épaisseurs.
- Saupoudrer d'herbes de Provence + 2 pincées de sel.
- Enfourner pour 30 minutes à 230°C.

Tzatziki

Ingrédients :

- | | |
|--|---|
| <ul style="list-style-type: none">• 1 concombre• 1 yaourt grec• 1 gousse d'ail• 1 bouquet de menthe | <ul style="list-style-type: none">• 4 cuillères à soupe d'huile d'olive• sel, poivre |
|--|---|

Préparation :

- Râper le concombre et le faire égoutter 15 min.
- Le mettre dans un saladier, ajouter l'ail écrasé, la menthe et le coriandre finement hachés, mettre le yaourt, l'huile, le sel et le poivre, remuer et mettre au frais.
- Le servir très frais avec du pain grec en apéritif, ou tel quel en entrée.

	unité	petit panier	grand panier
Aubergine	kg		0,5
Concombre	kg	0,2	0,3
Courgette	kg	0,8	1
Haricot vert	kg	0,4	0,5
Poivron coloré	kg	0,3	0,35
Tomate	kg	1	1,3
		10,70 €	15,40 €



Les légumes sont produits au Jardin de Cogan Nantes 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 Cogan Nantes

Directrice de la publication : Julie Kalt - Tel 02 40 68 91 67-mail : communication@jardindecocagnenantais.fr