

Au cœur de l'été

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

En plus de ces récoltes, nous continuons à désherber aux champs, tuteur 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 bienvenu.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 !

Hier, c'était le dernier jour de travail de Thierry. L'équipe l'a remercié et a souligné son implication et sa générosité ! Il avait un comportement inspirant pour ses collègues.

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.



Recettes de la semaine

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.

Gratin de courgette rapide

Ingrédients :

- | | |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> 2 courgettes 1 oignon 50 g de gruyère rapé 1 cuillère à soupe de crème fraîche | <ul style="list-style-type: none"> 1 œuf 1 noix de beurre sel, poivre |
|---|--|

Préparation :

- Préchauffer le four à 200°C.
- Émincer les oignons et les faire fondre dans le beurre.
- Râper les courgettes et les ajouter aux oignons.
- Mélanger le gruyère râpé, les oeufs, la crème fraîche, puis saler et poivrer.
- Mettre les courgettes dans un plat et verser par dessus la sauce et faire à four chaud pendant 15 min.

	unité	petit panier	grand panier
Aubergine	kg		0,4
Concombre	kg	0,4	
Haricot vert	kg		0,5
Melon	pièce	1	1
Poivron coloré	kg	0,3	0,35
Tomate	kg	1,1	1,1
Courgettes offertes		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

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