

année 2025 - semaine 46
lundi 10 novembre

Côté maraîchage

L'exploitation de l'ancien champ est officiellement terminée. Un état des lieux a été effectué avec le propriétaire jeudi 6 novembre et tout s'est très bien passé. Un gros changement pour le Jardin, nous allons désormais pouvoir nous concentrer sur l'exploitation du nouveau champ !

Ce lundi au Jardin, l'équipe démarre la semaine par les récoltes de légumes pour remplir vos paniers qui sont distribués exceptionnellement dès aujourd'hui. En parallèle, le vidage des serres continue, c'est au tour des poivrons d'être retirés.

Soupe de courges du Jardin

Cette année, la récolte des courges est très abondante au Jardin. Afin d'éviter d'avoir des pertes durant leur conservation, nous avons décidé de faire appel à **L'Atelier Potpote** situé à Bouguenais. Il s'agit d'une conserverie artisanale et végétale biologique qui va se charger de transformer nos courges en soupe. Le Jardin fournit uniquement les courges, et l'Atelier Potpote rajoute les ingrédients pour réaliser une de leurs recettes. Le Jardin teste cette formule, n'hésitez pas à nous faire vos retours personnels le moment venu.

Vie associative

Mardi 4 novembre s'est tenue une rencontre adhérents au Jardin. Nous tenons à remercier les personnes présentes. Ce fut un échange très intéressant et agréable autour de la vie du Jardin ! Nous prévoyons d'autres rencontres, informations plus précises à venir !

Sondage sur la saison 2025

Le sondage s'est terminé ce dimanche 9 novembre. Nous avons recueilli 54 réponses et nous vous remercions pour votre participation. Nous allons maintenant pouvoir étudier vos réponses qui vont nourrir notre travail de planification 2026.

Foodtruck La Tomate Confitée

Laurence sera présente ce vendredi 14 novembre au Jardin de 15h à 18h30 ! Comme d'habitude, elle vous proposera des piadines, galettes et crêpes, toutes faites avec des produits bio et locaux. Vous pourrez les manger sur place ou à emporter. Pour éviter l'attente, pensez à commander à l'avance (jusqu'à vendredi midi) par mail : latomateconfite@gmail.com ou par téléphone au 06 49 22 98 62. Merci de bien vouloir préciser votre heure d'arrivée.



Recettes de la semaine

Poêlée de blettes et carottes au cumin

Ingrédients :

- | | |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> 550g de blettes (feuilles et cardes) 500g de carottes 5 gousses d'ail | <ul style="list-style-type: none"> 1 cuill. à café d'huile d'olive le jus d'1/2 citron 1 cuill. à café de cumin et 1/2 de paprika |
|---|--|

Préparation :

- Éplucher les carottes et les couper en rondelles.
- Séparer les cardes des feuilles des feuilles de blettes, émincer les feuilles et couper en petits tronçons les côtes.
- Dans une grande casserole d'eau bouillante cuire 25min les côtes, 15min les carottes et 2/3min les feuilles. Égoutter et réserver.
- Ensuite, émincer l'ail et faire revenir dans une sauteuse huilée.
- Saupoudrer les épices et laisser cuire 2min pour que les parfums se développent bien. Ajouter les légumes, arroser de jus de citron et assaisonner.
- Laisser mijoter sur feu doux en remuant et stopper dès que les liquides rendus par les ingrédients se soient évaporés.
- Servir immédiatement !

Soupe de courge et patate douce aux épices Tandoori

Ingrédients :

- | | |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> 1 oignon 1 cuill. À soupe d'huile d'olive 1 grosse patate douce 500g de navets | <ul style="list-style-type: none"> 1 litre d'eau épices Tandoori (à doser selon votre goût) sel et poivre |
|---|--|

- Peler et émincer l'oignon. Éplucher les légumes et les couper en cubes.
- Faire revenir les oignons dans l'huile d'olive. Ajouter les légumes et les faire dorer quelques minutes.
- Ajouter les épices et l'eau. Saler et poivrer légèrement.
- Laisser cuire à couvert une trentaine de minutes.
- Mixer finement. Rectifier l'assaisonnement si nécessaire. Servir bien chaud.

	unité	grand panier	petit panier
Blette	kg	0,8	0,7
Carotte	kg	1	0,5
Échalote	kg	0,2	0,15
Mâche	kg	0,18	0,18
Navet	kg	0,65	0,4
Patate douce	kg	1	0,6
		15,40 €	10,70 €



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