

année 2025 - semaine 49  
mardi 2 décembre

### Côté maraîchage

Delphis et Alexandre, nos 2 encadrants techniques, continuent d'élaborer le plan de culture 2026. C'est une tâche très importante pour préparer la saison future !

Cette semaine nous récoltons des salades, des poireaux et des blettes rouges notamment. Nous devons également désherber sous les serres les salades, épinards et oignons.

### Côté équipe

Suite au départ de Konstantin, nous accueillons cette semaine un nouveau salarié qui sera affecté aux livraisons. Toute l'équipe souhaite la bienvenue à Ali ! Lors de la réunion d'équipe du lundi, nous avons donc fait le traditionnel tour de table afin que chacun se présente et indique sa date d'arrivée au Jardin.

### Zoom sur une PMSMP

Dans le cadre de leur contrat de travail au Jardin, les salariés en insertion peuvent réaliser une ou plusieurs PMSMP : Période de Mise en Situation en Milieu Professionnel. Les salarié.e.s qui le souhaitent sont alors accueilli.e.s une à deux semaines dans une autre structure pour découvrir un métier, un secteur d'activité, confirmer un projet professionnel et/ou initier une démarche de recrutement.

Tommy a choisi de saisir cette opportunité et il est en PMSMP durant 15 jours. Il est au service gros travaux des espaces verts de la ville de Carquefou. Tommy souhaite devenir tractoriste. Le métier de tractoriste consiste à conduire et entretenir des tracteurs et autres machines agricoles pour réaliser divers travaux agricoles tels que le labour, le semis et la récolte.

### Braderie de notre partenaire Carquefou Partages

Carquefou Partages est une association solidaire, au service des familles carquefoliennes les plus démunies désignées par le CCAS (Centre Communal d'Action Sociale) de Carquefou.

L'association Carquefou Partages organise une braderie ce mercredi 3 décembre de 10h à 17h au Rond-Point de l'ONU à Carquefou. Vente de vêtements, accessoires, livres, linge de maison et jouets à petits prix. La braderie est ouverte à tous et l'argent sera utilisé pour l'achat de produits alimentaires et d'hygiène pour les familles bénéficiaires de l'association.

Nous avons informé nos jardiniers pour leur permettre de profiter de petits prix sur des équipements.

### Remerciement

Le Jardin tient à remercier les adhérents qui ont effectué des dons financiers suite à notre appel. Le Jardin se sent soutenu par ses adhérents et cela motive d'autant plus les équipes qui sont déjà très investis !



### Recettes de la semaine

#### Céleri rave au miel

Ingrédients pour 2 personnes

|                                                                                                                          |                                                                                                                |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"><li>• 30g de beurre</li><li>• 1 cs de vinaigre de vin</li><li>• 1 cs de miel</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Poivre et sel</li><li>• Persil haché</li><li>• 1 céleri rave</li></ul> |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

Préparation :

- Éplucher le céleri rave, puis le détailler en petits cubes ou bâtonnets (comme des frites).
- Faire fondre le beurre dans une sauteuse, puis ajouter le céleri. Saler et poivrer.
- Faire cuire pendant 15 min, en remuant souvent, le céleri doit dorer. Couvrir éventuellement pour accélérer la cuisson.
- Quand le céleri est tendre, déglacer avec le vinaigre, puis ajouter le miel.
- Rectifier l'assaisonnement si besoin, et servir parsemé de persil.

#### Tarte aux poireaux et chèvre

Ingrédients pour 4 personnes :

|                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                       |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"><li>• 1 pâte feuilletée</li><li>• 4 poireaux</li><li>• 1 grosse cs de farine</li><li>• 25 cl de lait</li><li>• 2 œufs</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>• 1 bûche de chèvre</li><li>• moutarde forte</li><li>• sel et poivre</li><li>• beurre</li></ul> |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

Préparation :

- Couper le poireau en 4 dans le sens de la longueur sans couper jusqu'au bout. Le laver soigneusement, puis le tailler en rondelles.
- Cuire le poireau à la poêle avec une bonne dose de beurre pendant 10 minutes.
- Pendant ce temps battre les 2 œufs dans un bol et étaler votre pâte dans un moule à tarte.
- Une fois le poireau précuit, rajouter du beurre, le laisser fondre puis incorporer la CS de farine et bien mélanger. Verser ensuite les 25 cl de lait, continuer de mélanger à feu doux. Lorsque que le mélange s'épaissit, couper le feu et laisser refroidir avant d'y incorporer les 2 œufs battus. Bien mélanger à nouveau.
- Badigeonner le fond de votre pâte de moutarde. Verser dessus le mélange poireaux œufs et rajouter des rondelles de chèvre.
- Enfourner environ 30 minutes et déguster

|                | unité | grand panier | petit panier |
|----------------|-------|--------------|--------------|
| Blettes        | Botte | 3            | 2            |
| Céleri         | kg    | 1,3          | 1            |
| Échalote       | kg    | 0,3          | 0,2          |
| Poireaux       | kg    | 1            | 0,6          |
| Pomme de terre | kg    | 1,2          | 0,8          |
| Salade         | pièce | 1            | 1            |
|                |       | 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](mailto:communication@jardindecocagnenantais.fr)